ભાજીખાઊઓની હીમાયતમાં

"કાકા કહાણ."

એડીટ કરનાર,—**આશ્રવન.**

"Farewell to cruelty, pain and blood,
Farewell to the habits of tigerhood:
Return to the dream of Paradise days,
To songs of love and to garden lays,
Forget the evil ways of our West,
The feasts of blood which make Europe unblest.
Let Sympathy find a home in the breast,
And in patience and labour and love find rest."

A. J. C. Lucerne.

મુંબઇ:

ધી જમશેદજી નશરવાનજી પીટીટ પારસી ઓરફનેજ
કેપ્ટન પ્રીંટીંગ વરકસ.

૬૫૨૫

ભાજીખાઉઓની હીમાયતમાં

“કાકા કહાણ.”

એડીટ કરનાર,—**આશ્રવન.**

“Farewell to cruelty, pain and blood,
Farewell to the habits of tigerhood;
Return to the dream of Paradise days,
To songs of love and to garden lays.
Forget the evil ways of our West,
The feasts of blood which make Europe unblest.
Let Sympathy find a home in the breast,
And in patience and labour and love find rest.”

A. J. C. Lucerne.

મુંબઈ.

ધી જમશેદજી નશરવાનજી પીટીટ પારસી ઓરફનેજ
કેપટન પ્રીંટીંગ વરકસ.

ધી જમશેદજી નશરવાનજી પીટીટ પારસી ઓરફનેજ
કેપટન પ્રીનટીંગ વર્કસ.

ખોલાસો.

મરહુમ "કાકા કહાણુ" નું જાણીતું અને માનીતું નામ ભાગ્યે કોઈજ પારસી વાંચકને અજાણ્યું હશે. એ મરહુમ વિદ્વાન લખનારનાં લખાણોના "ચુંટી કાઢેલા" ઢગમાંથી માત્ર અરધોજ ભાગ મી૦ જીજીભાઈ પેસ્તનજી મીસ્રી, એમ. એ. ના અધીપતિપણાં હેઠલ છપાઈ પ્રગટ થઈ ચુકયાને લાંબો વખત થયો નથી. જેઓ મરહુમના લખાણોને વર્તમાન પત્રોમાં પ્રગટ થયેલાં વાંચી શકયાં ન હશે, તેઓએ તેમને આ પુસ્તકના આકારમાં વાંચી મરહુમ "કાકા કહાણુ" ની કલમ માટે શું મત બાંધ્યું હશે, તે મરહુમના લખાંણોના ચાલુ અભ્યાસીઓ સહેલથી સમજી શકશે. મરહુમના વખતનાં વર્તમાન પત્રો, માસીક ચોપાન્યાંઓ વગેરે આજે તપાસ્તાં અફસોસ સાથે કબુલ કર્યા વિના ચાલતું નથી કે, એ મરહુમની તથા મરહુમ જાણીતા શેઠ જમશેદજી નશરવાનજી પીટીટની લેખકો તરીકેની ખુટ હુજી જેમની તેમ ઉભી છે. પારસી કોમમાં આજે કશીપણ સંગીનતા વગરના લેખકો મોટે ભાગે ઉભાઈ જાય છે, અને ઉપયોગી સાહીત્ય કરતાં નકામા કુથલા લખાણોની મુખ્ય બાબત (topics) થઈ પડેલી સઘળે ઠેકાણેથી કબુલ કરવામાં આવે છે.

મરહુમ "કાકા કહાણુ" એક નહીં પણ અનેક તખલ્લુસ હેઠલ જુદાં જુદાં ઘણાંક પત્રો મારફતે બહાર પડતા હતા એ છુપ્યું નથી. મકાઈ ડોસાં, મુગા કાકા, કાકા કહાણુ, શીરીન મડમ વગેરે એ મરહુમના માનીતા તખલ્લુસો હતા. આજે અમે વાંચનારાઓને બીજા એક વધુ તખલ્લુસના પરદા હેઠલ છુપાયલા કાકા કહાણુને રજુ કરીશું. અન ફળ શાકના ખોરાકની પહેલી હીમાયત જાણીતા શેઠ બેહરામજી દીનશાહજી પાંડે તરફથી પહેલ વહેલી થતાં તે બાબે મુંબઈનાં ઘણાંક રોજીંદાં અને અઠવાડીક પત્રોમાં જોશભર ચર્ચા ચાલી હતી, તે વાંચ-

નારાઓને રૂચ્યું હશે નહીંજ. આ તકરાર દરમ્યાંન "એક પારસી ભાજીખાઉ" પોતાનાં રમુજી લખાણો માટે વધુ ધ્યાંન ખેંચી રહ્યા હતા, કે જે "પારસી ભાજીખાઉ" તે આપણા માનીતા "કાકા કહાણુ" બીજે રૂપે હતા! આ ઉપરથી વાંચનારાઓએ એમ નહીં સમજવું કે મરહુમ ખરેખર "ભાજીખાઉ" હતા. સંસારી અને બીજા કેટલાક સંજોગોને લીધે તેવણુને માંસનો ખોરાક ફરજયાત લેવો પડતો હતો. પણ જેમ પોતાનાં સઘળાં લખાણોમાં એક સુધા અને બાહોશ લખનાર તરીકે સચાઈની બાબતને પકડી રેહવાની મરહુમ પોતાની ફરજ માનતા હતા, તેમજ મી૦ બેહરામજી દી૦ પાંડે તરફથી રજુ થયલા સવાલ ઉપર અભ્યાસ ચલાવીને પછીજ પોતાના વિચારો—સંગીન વિચારો—મજબુત રીતે, દલીલો સહીત બહાર પાડવા ઉપર જણાવેલા તખલ્લુસ સાથે નીકલ્યા. મરહુમનાં તે લખાણો કેટલી વીદ્વતા, કેટલો અભ્યાસ અને કેટલી બાહોશી ધરાવેછે તે આ સાથનાં પાનાં પરથી વાંચનારને સહેજે માલમ પડશે, એટલે આ લખનારને તે ઉપર વિવેચન કરવાની કશી જરૂર નથી.

અન-ફ્લ-શાકના ખોરાકને લગતો સવાલ જેઓ ખુલાં મને તપાસેછે તેઓને માણુસાઈપણાંને ધ્યાનમાં લઈ એ સવાલની હીમાયત કર્યા વીના ચાલતુંજ નથી. "કાકા કહાણુ" પોતાના વાંચકોને એકદમ "ભાજીખાઉ" થઈ જવાની ભલામણ કરતા નથી. તેવણુની ભલામણ સાધારણ અકલને બંધ બેસ્તી છે. તેવણ માત્ર આટલુંજ જણાવેછે કે એ ખોરાકની હીમાયતને હસી કાઢવા પહેલાં તેનાં કારણો ઈત્યાદી તપાસી પછીજ તે ઉપર મત આપવું. મરહુમ "કાકા કાહાણુ"નાં લખાણોનો જેઓએ અભ્યાસ કીધો હશે તેઓ જોઇ શકશે કે મરહુમનાં સઘળાં લખાણો તદન સ્વતંત્ર વિચારનાં, સંગીન અને અભ્યાસ સાથનાંજછે. "શીરીન મડમ"ની એ વીદ્વાન લખનારની જાણીતી પારસી સંસારી વાર્તામાં પણ અન-ફ્ળ-શાકના ખોરાકની એવણે

હીમાયત કીધી છે. આ સાથનાં થોડાંક પાનાં જે રમુજી ઢપે એ ખોરાકની હીમાયત કરેછે, તે ધ્યાન પુગાડવા જોગ છે.

માંસહારના ખોરાકની વિરૂધ યુરોપ અને અમેરિકામાં ચાલુ થયલી હીલચાલો કેટલી હદ સુધી વધી છે, તે મજકુર હીલચાલ તરફથી બહાર પડતાં રહેતાં સાહીત્ય ઉપરથી જોઈ શકાશે. તે સાહીત્યની ગેરહાજરીમાં પારસી ગુજરાતી વાંચકોને મરહુમ "કાઝા કહાણુ"નાં રસ ભર્યાં લખાણુથી અન-ફલ-શાકના ખોરાકની ખુબીનો કાંઈક ખ્યાલ આવી શકશે.

આથ્રવન.

મુંબાઈ :
તા૦ ૨૩-૭-૯૭.

૬૫૬૫

ભાંજીખાઊઓની હીમાયતમાં

"કાકા કહાણ."

એક નવાઈ સરખો હીઆચો.

આ જમાનો વીદયાનો છે. આ જમાનો નવી નવી શોધોનો છે. આ જમાનો મગજમાં ઠસી ગયલા લાંબા વખતના ખોટા વેહેમોનો નથી, પણ હરએક વીદયા હુનરના, રાજદુવારી, ધરંમ સંબંધી અથવા તો સંસારી અનેક પરકારના સવાલો ઉપર પુરતી ચુનોચરા ચલાવી ખરી સચાઇ હુંડી કાહાડવામો છે. ટુકમાં જો બોલું તો આ જમાનો જોસતેજોનો છે. વેહમનો જમાનો વહી ગયો છે, અને તેની જગા કેલવાયલી, ખીલવેલી, ઉતમ પરકારની મન શકતીએ લીધીછે, તે છતાં અજબ જેવું બલકે હસવા જેવું એ છે જે આગલ જેટલા અનેક પરકારના વેહેમોને વલગી રેહેવામાં ચીવટપણું બતાવતા નહી હતા તેટલું ચીવટપણું આપણા કેટલાક અરધા કેલવાયલા "અધુરા ઘડાઓ" પોતાનાં મન ઉપર ઠસી ગયલા વીચારોને વલગી રહી કાંઈપણ પરકારની જોસતેજોથી હરકોઇ સવાલની સચાઈ શોધી કાહડવાની દરકાર કરતા નથી. ખરા વીદવાન અને ઉપર દરશાવેલા "અધુરા ઘડા" વચેનો ખરો ફરક એટલોજ છે કે જ્યારે કોઇ પણ નવો સવાલ ઉભો થાયછે તયારે એક ખરો વીદવાન પોતાના આગલા વીચારો ને ખીસામાં મેલી તે સવાલ ઉઠાવનારની દલીલો ધયાંનથી અને ધીરજથી સમજે છે અને પછીજ પોતાનું મત બાંધવાની તજવીજ કરેછે, પણ તેથી ઉલટીજ રીતે "અધુરા ઘડાઓ" ને તમો અવાર નવાર જોતા અને સાંભલતા હશો કે લાગલા તેઓ જે સવાલ તેમની ટુક સમજમાં નહી ઉતરે તે સવાલને લગતી કશી પણ દલીલ જાણ્યા અને સાંભલયા વગર બોલી ઉઠશે કે "છત નોનસનસ." "છત નોનસનસ" ફીલસુફ બનવાનો સેહેલામાં સહેલો મારગ છે. હાલના વીદયા હુનરના જમાનામાં જેટલાઓ

ઉંચી પરકારની કેલવણી અને ખીલેલી મનશકતીથી ખરા ફીલસુફો થઇ શકેછે તે કરતાં હજાર ઘણો ભાગ જાતી મનશકતી વગર માતર પોતાની નીશાલ અને કોલેજનો અભયાસ મોહોડે ભરડી પોતાને ફીલસુફ બનેલા વીચારેછે. તેઓ બધા કોઇબી સવાલનાં ઉંડાંણુમાં પેવસ થયા વગર એક દમ "છત નોનસનસ" નું મત બાંધી દેનારા છે, અને તેમની સંખયા ઘણી બોહોલી હોવાથી હાલના જમાનાને કદાચ "છત નોનસનસ" નો જમાનો પણ કહેવાઇ શકાય. એવા ફીલસુફો માટે ઈંગરેજી ભાશાનો લાયક બોલ "કનસીટેડ" (conceited) છે જેનો પુરેપુરો અરથ ગુજરાતી વાંચનારને સમજાવી શકવું મુશકેલ છે. અમારા મીતર મી૰ રાંણીના પોતાના શબદકોશની છેલાંમાં છેલી આવરતીમાં એ બોલનો અરથ "અહંકારી, તકોબરી ભરેલું અને હુંપદવાલુ" એ પરમાણે જણાવેછે—પણ જો વાંચનાર માફ કરે તો હું એનો અરથ ટુકમાં એટલોજ જણાવી શકીશ કે જે જે બાબદોનાં કકા ખખાની પણ માહેતગારી નહી તે બાબદોમાં પોતાને પંડીત સમજનારાઓ સરવે કોઇ "કનસીટેડ" હોયછે. પોતાને માટે ઉંચું ડોલ ઘાલનારા એવા "કનસીટેદ" બુબઓ સાથ મારે હાલની હાથ ધરેલી બાબદ સાથ ઝાઝું કામ નથી, તે છતાં તેમના વરગની પુરેપુરી ઓલખ આપવા ખાતર અતરે હું માતર એકજ નમુનો રજુ કરવાની રજા લઉંછું. મારા મીતર મી૰ બોલયા ગપાટે "મેતરીકયુલેશન" ની પરીક્ષા પસાર કીધેલીછે અને પોતે કેલવાયલાં મા બાપના પુતર છે, પણ તે છતાં કોઈબી રીતે વીચાર કરવા ખાતર તેવણ એક સાબુત ભેજુ ધરાવતા હોય તે માટે મને શક છે. ટુંકમાં જો હું તેમની ઓલખ આપું તો તેવણ ઉપર જણાવેલા "છત નોનસનસ" કેહેનારા ફીલસુફ છે અને તેમની ફીલસુફીમાં વારંવાર વપડાતો બીજો વીદયાભયાસની કુશલતા બતાવનારો ઉતમ બોલ "હમબગ" છે. "હમબગ" અને "છત નોનસનસ" વગર તેમને એક ઘડી પણ ચાલતું હોય એમ મને લાગતું નથી. જો તેવણ નીશાલમાં ગણીત શાસતર નહી ભણયા હતે અને તેમ ને જો કોઇ એમ કહેતે કે એકને એક બે થાયછે, તો તરત તેવણ "હમબગ" બોલીયા વગર રેહેતે નહી. એજ પરમાણે જો "પરોફેસર ભરદુની" મીસાલ તેમને નીશાલમાં ભુગોલ શીખવવામાં આવી નહી હતે તો "વેલાત અને ચીન" ની હસતી પણ તેવણ સવીકારતે નહી. ખગોલ વીદયાની સારાં ભાયગે તેમને ઉપર ટપકેની કેલવણી મલીછે, નહીતો સુરજની આસપાસ ધરતી ફરેછે એટલુંજ સમજતાં તેમના મુખ મધેથી "છત

નોનસનસ" નીકળી પડતે. આવી રીતના ચોકશ અભ્યાસથીજ જેટલી બાબદોમાં બીજાઓના શીખવ્યાથી તેમની આંખ ઉઘડી શકીછે તેટલી બાબદ તેવણ સ્વીકારી કબુલ કરે છેખરા કે "એક ને એક તો બેજ થાય" છે, "વેલાત અને ચીન જેવા દેશો દુનીયામાં હસતી ભોગવેછે" અને "સુરજની આસપાસ દુનીયા ફરેછે ખરી." પણ એ ઉપરાંત જે ચીજમાં વીચાર દોડાવાનો હોયછે, જેને લગતુ જ્ઞાન જાતી મેહેનત અને ખંતીપણાથી મેલવવાનું હોયછે, અને જે ચીજો પેહેલા દેખાવે મુશકેલ અને બીન સ્વભાવીક લાગતી હોય તે તે ચીજનાં ઉંડાણમાં પેવસ થવાની કનવાર કર્યા વગર મારા મીતર મી૦ બોલીયા ગપાટ લાગલા બોલી ઉઠે છે કે "બોલ હમબગ." એવા "હમબગો" સામેની તેમની મુખય દલીલ—એઅદબી માફછે સાહેબ જેઓમાં વીચાર કરવાની મુદલ તાકાતજ નહી તેઓ દલીલને કેમ લાવી શકે—એટલીજ હોય છે કે "એમ બને નહી, મને એમ લાગતુ નથી, હું એમ માનતો નથી" અને એ બીના તદન "એબસરદ છે." હવે સાહેબ, આગલા વખતના અભણ વેહેમીઓ કરતાં આવા "કનસીટેડ" અરધા કેલવાયલા એંટાલોને ઠેકાણે લાવવું વધારે મુશકેલછે, તોપણ મારા મીતર મી૦ બોલયા ગપાટનું એક જાતનું 'હમબગ અને બીજી જાતનું "છત નોનસનસ" કેવી રીતે ઠેકાણે આવી ગયું છે તેનો ટુંક હેવાલ વાંચનારાઓ માટે રમુજી તેમજ બોધકારક થઇ પડયા વગર રેહશે નહી. આપણી વડી અદાલતના લાયકીવાલા નીયાયાધીશો અને બીજા જાણીતા શેહેરીઓની આગેવાની હેઠલ મુંબઇમાં પેહેલવેહેલું "હોમયોપેથીક" ધરમનું દવાખાનું ઉઘડયું તે વીશે તો વાંચનારાઓ સારી રવેસે વાકેફગાર હશે. આ દવાખાના વીશે સમજતાંજ મી૦ બોલયા ગપાટ એમથી તેમ પટકાવા લાગ્યા અને બોલવા લાગ્યા કે એ બધું '**હુમબગ**' છે, '**એબસરદ**' છે, એ વલી મુંબઇમાં નવા ઢોંગ નીકલયા છે, જે દરદો આંઉશ આંઉશ વજનની દવાને મચક નહી આપે તે ગરેનના હજારમા અને લાખમા ભાગથી શું સારાં થવાનાં છે? એ બધા પછાડા છે અને અજબ જેવુંછે કે આટલા કેલવાયલા અને શીખેલાઓ તેના પછાડામાં પડયા છે." આવી રીતની તેમની બકબકને મારાથી જેમ વજન આપી શકાયું નહી તેમ તેવણ સાથ તકરાર કરી તેમની ભુલ બતાવવાની માથા દુખનમાં પડવાનું પણ મને વાજબી લાગ્યું નહી. રફતે રફતે તે દવાખાંનાનો દર માસે લાભ લેનારાઓની સેંકડોની સંખયા વરતમાન પતરોમાં છપાવા લાગી. મી૦ બોલયા ગપાટનાં કાકી જુન વખતનો દમનો મરજ જે ગાંમે ગામ રખડ્યા રજલીઆથી પણ ઠેકાણે

આવશે નહી તે એજ ધરમના દવાખાનાંમાં તદ્દન સારા કરાવી આવ્યાં. ઓલયા ગપાટના એક દોસ્ત બરડા, છાતી અને કમરની ચાલુ "પેન" થી પીડાતા હતા તેવણને પણ તયાંથીજ આરામ થયેા, ઓલયા ગપાટની એક સગી અબલાઓને લગતું લાંબા વખતનું મુશકેલ દરદ તે દવાખાંનાંનેજ સોંપી આવી, તેાપણ એટલી નજદીકની અને ઘેરની ગવાહી છતાં આપણા પારસી "ગેાવાનીસ" મી૦ ઓલયા ગપાટની એંટ ઓછી થઈ નહી અને તેમનું "હમ્બગ" ચાલુજ રહયું. "હું માનતેા નથી કે "હોમી-યોપેથીક" જેવું કોઇબી જાતનું વઇદું હાેય, એ બધા પછાડા છે, જેમ આગલ અભણ માણસોને છેતરનારા નાડી વઇદેા હતા તેમ હાલના જમાનાના એ કેલવાયલા નાડી વઇદેા છે" આવી આવી બકબક પછી તેમના ચેહરા ઉપરનું નાસુર એકાએક ઉભરી આવયું. એ નાસુર લાંબા વખતનું હતું અને તે વરસ બે વરસે ઉભરી આવી તે મધેથી રસી વેહેવા માંડતી હતી. મી૦ ઓલયા ગપાટ બે પઇસે સુખી હોવાથી સંખયાબંધ વઇદોની અજમાએસ લઇ ચુકેલા હતા. ઘર ઘર કરતી જોડીમાં ઇસપીટાલના મોટા ડાકટરો આવતા, દશ પંદર રૂપીઆ ગાંઠે બાંધતા અને એકાદ ચીઠરૂં લખી આપી રૂખસદ લેતા. જેથી ફાયદો એટલોજ જણાતો કે રસી વેહેતી થોડો વાર બંધ પડતી અને વરસ બે વરસના ગાલા પછી મી૦ ઓલયા ગપાટની હેરાંનગતી જેની તેજ જણાતી. આવી પીડાકારીમાંથી છોડાવવા ખાતર તેમને ઘણાબી સમજાવ્યા, લાંબા નાખ્યા અને સાથે લાગા ટુંકાબી નાખયા પણ મી૦ ઓલયા ગપાટનું "હમબગ" હજી તેવણને છોડે નહી. "હોમીયોપેથીક"ની "તરાએલ" લેવાની બધાઓએ બોહોંશ ઉપર બોહોંશ કીધી, પણ ઓલયા ગપાટ એકના બે થયા નહીં. અંતે કોઇનું નહીં ચાલયું તયારે તરતનાં સાજાં થયલાં દમીએલ કાકી એ "ગોટી નીકલયા" ભતરીજાની સુધ ઠેકાણે લાવવાને મેદાંન પડયાં. "તમે બધાં ખીશો," તેવણ બોલયાં, "તમારા લોકોનું એમાં કશું કામ નથી. ચાલ દીકરા, નીચે ગાડી ખોટી થાયછે ને હું તારી સાથે આવુંછું—એમ એકદમ ડાહયા નહીં થઈ જઇયે, કોઈનુંબી કહયું માનીયે" હજીતો કાકી પોતાનું વ્યાખયાન પુરૂં નહીં કરી રહયાં તેટલાં ઓલયાગપાટ બરાડી ઉઠયા "કાકી તમે ઘેલાંછો, શુ તમે મારી હોરમત વેચવા માંગોછો, એ ઠગારાઓથી શું હું સારો થવાનો છું ? છોડી દેવો એવા પછાડા." "પણ તયારે ગોટી નીકલયા" કાકી બોલયાં, "દશ દશ વરસ હું દમથી કેવી હેરાન થઇ તે તું ઘરમાં દરરોજ જોતોતો કે નહીં ? છાતી ઉંચકાઇ ઉંચકાઇ જતી હતી. તકીઆ ઉપર એક ઘડી

માથું નહીં મેલાતું હતું, હાંડા ભરીને કોઇએ દીલ ઉપર પાણી રેડ્યું હોય તેમ પરસેવાથી તમામ ગરકાવ થઇ જતી હતી, દમ નહીં મરાતો હતો, અને તું પોતેજ રાત રાતના ઉજાગરો કરી કાકીનો આંકો એમાંજ આવી રહેશે એમ ગભરાતો હતો તેબી તું જ કેની? એ બધું હવે ભુલી ગયો કે? કયાં છે હવે તે આફત? ૭ મહીના થયા ઘેરમાં તેનું નામબી સાંભલયું છે? ચાલ વેક, ડાહયો થા, અને કોઇનુંબી કહયું કર, શીખયો ભણયો તો ભલે, પણ તેથી શું દુખનોબી તે કાંઈ હેંકાર છે? એમ લાહેરી નહીં કરીએ, પાંચ માણસનુંબી કહયું માન્યે? હમે શું કોઇ માંહાંનાં માંગતાનાં દુશમન છઇયે? એકનું જોયું બેનું જોયું, અને વલી પોતા ઉપર વીતેલું જોયું અને ખાતરી થઈ તયારેજ તુંને એટલી બોહોશ કરૂં છું કેની, ચાલ વેક દીકરા, ડાહયો થઈ જા." એ પરમાણે ઓલયા-ગપાટને પસવારી પટાવી લાંબો દુંકો કરી પોતાને હાથે દગલી પાઘડી પેહેડાવી ગાડીમાં લઇને ચાલયાં. ખરી વાત છે કે લાગટ તરણ માસ વેર તેમને "હોમીયોપેથી" ની દવા લેવી પડી અને તેપણ બીલકુલ વીશવાસ વગર, તોપણ નાસુર જેવાં દરદ માટે ઝાઝા ઇતબારની જરૂર નહીં હોવાથી રફતે રફતે તે રૂજાઈ ગયું અને એક અરધીના ખરચ વગર મી૦ ઓલયા-ગપાટ દમીએલ કાકીની સમજાવટથી લાંબા વરસોની પીડાકારીમાંથી છુટા. હવે તેવણ "હોમીયોપેથી"ના હીમાયતી થયાછે અને તેને માટે "હમબગ" બોલવાનું ગુનાહ ભરેલું વીચારેછે. પણ હજી તેમનું એક બીજી બાબદનું "છત નોનસનસ" બાકી રહેલું હતું, તેમાં પણ તેવણ કેવી રીતે ઠેકાણે આવી ગયા છે તે બાબેનો મી૦ ઓલયાનો હેવાલ મારૂં ભાજીપાલાની ખોરાકીને લગતું સાહીતય પ્રીય વાંચનાર માટે ચાલુ કર-વાની પરથમ તેના એક મનપસંદ દીબાચા તરીકે પુરો કરીશ અને પછી હાથ ધરેલી બાબદ ઉપર ઉતરીશ.

મી૦ ઓલીઆજીના "હમબગો" નું સેવટ.

મી૦ ઓલીઆજીનું નાસુર રૂજ આવયું—વાંચનાર કહેશે કે ભલે, પણ તેથી એકાએક તેમનું "હમબગ" તેમને છોડી ગયું નહીં. સગાં વાહાલાં પુછે, મીતરો પુછે, ભરભાડુત પુછે અને ઓલખાણ પીછાનવાલાઓ પુછે કે ઓલીયાજી શેઠ તમારૂં નાસુર કેમ રૂજ આવયું, તો તેવણ

શરમના મારયા "ડાકટરથી, દવાથી વલી બીજુ સાથી?" એ પરમાણેના જવાબેાથી સરવેને ઉડાવે. પણ એક વેલાએ પેાતાને તયાંના રોઆદી રાંમશનીના એક શુભ દીવસે બઇરાં માટીડાના મેાટા મેલાવડા હજુર બાહેરગાંમથી તરતના આવેલા એકાદ ગાંમડયા ખેશીએ એાલીઆજીનેા હાથ પકડી મેાટેથી પુછયુ કે "હેારે આવ, હેારે આવ, એ મેાપરનું હાથી હારૂ થયું"? એાલીઆજીથી આવા મેલાવડા હજુર કાંઇ "કનફેસાઉ" થાય? કબી નહીં. તેવણે હમેશ મુજબ ઉડાવવાની તજવીજ તેા કીધી પણ તયાં તેવણના મીતરેા ભરભરયાજી અને કાનકાપુજી બેઉ હાજર હતા અને તેઓ એક અવાજે બેાલી ઉઠયા કે બેાલેા ભાઇકે "હેામયેાપાથીક" ધરમનાં દવાખાનાંની દવા કીધી તેથી. વલી એમાં શરમાવાનું શું છે? કેાઇની ચેારીબેારી છે કે? એ તમે ફુકરાજીખેાર સુધારાવાલાઓ વાલેલા નહીં વલેા તયારે હારેલા વલેા, ઇતયાદી. આ જવાબથી એાલયાજી હબતી ગયા અને સગાંવહાલાંઓ જેઓએ અનેક પરકારનાં "હમબગેા" અને "નેાનસનસેા" એાલીઆજીને મેાઢે સાંભળયાં હતાં તેમની અજાયબીનેા પાર રહયેા નહીં પણ આવી રીતે ઉઘાડા પડયા પછી જે ચીજમાં પાપ નહીં, જેમાં શરમાવાનું નહીં, અને જેથી માણસજાતના દુખ દરદેાનું નીવારણ થતું આવેલું તેને લગતી તેમની શરમ ભાગી અને પેાતે "હેામીયેાપથી"ના એક ચુસત હીમાયતી થઇ પડયા. આગલ ચાલતાં તેમની જાણમાં આવયું કે આપણા એકાદ બે હીંદુ વઈદેાએ "મેસમેરીઝમ" ની મદદથી લકવા જેવાં દુશટ દરદેા ઉપર પણ કેટલેાક કાબુ મેલવયેા છે કે તરત તેવણ આગલની માફક પટકાવા લાગા. "હું કબુલ કરૂંછું કે હેામીયેાપથી જેવું વઈદુ છે ખરૂ પણ "મેસમેરીઝમ"ના ખાલી ફાંફાં છે અને તે સંધુ ઠગાઇ ભરેલું "હમબગ" છે." આવી રીતની તેમની બકબક ચાલુ થઈ, કેાઈએ તેમને વારવાની તજવીજ કીધી નહીં, કેમકે દુનયાની ચાલણનેા અને "મેસમેરીઝમ"ની ફતેહનેા આધાર એાલીયાજીના વીચાર ઉપર બીલકુલ નહીં હતેા. એક દીવસે તેમની બેહેનના આઠ માસના બુચાને જેારમાં ઉપલીયું થઈ આવયું. બુચાની બધી સારવારમાં એાલી-યાજી પેહેલા હતા, પઈસા વેરવામાં પણ દુલ્લા હતા, અને બે કલાકમાં તેવણ અરધેા દજન દાકટરેાને હાજર કરી શકયા. દાકટરેાએ બનતી મેહેનત કીધી પણ તે બાલકની અજલ નજદીક આવતી જણાઈ. પા પા કલાકે ખેંચતાણના હુમલા ચાલુ રહયા, આંખના દેાલા એમથી તેમ મરડાવા અને પેચ ખાવા લાગા, અને એક ગેાલાબ જેવું તંદરેાસ્ત

બાલક થોડા વખતમાં નહીં જોવા ગમે એવું ફીકું અને લોથપોથ થતું ગયું. ડાકટરોએ તદન આશા છોડી નહીં, પણ એકાદ નજદીકના ખેશી ડાકટરે ધારા પરમાણેની ચેતવણી આપી કે "સંભાલજો બાલક જોખમમાં છે." તરત આ સખુનો સાંભલતાં તે બાલકના બુજરોગ મમાવા જેવણે ચોકસ સમજ્યું હતું કે સરવે દરદોમાં બાલકોના ઉપલીઆં અને સસની જેવાં દરદો ઉપર "મેસમેરીઝમ" ની અસર મોજેજા જેવી થઇ શકેછે અને તે અજમાવવામાં જરા પણ જોખમ નથી, તેથી કોઇને પણ પોતાનો વીચાર જણાવયા વગર તેવણ પાઘડી દગલી પેહેડીને એક હીંદુ વઇદને બોલાવી લાવવા સારૂ નીકલી પડયા. ડાકટર મલયો ખરો પણ તે સંરવેની મુફત દવા કરનાર હોવાથી કોઇને પણ ઘર જતો ન હતો, અને તેણે બાલકને દવાખાનામાં લાવવાને ફરમાવયું. એ વખત તકરારમાં, પટાવા, સમજાવા, કાલાંવાલા કરવામાં ગુમાવવાનો નહીં હતો, જે ઘડી જતી તેમાં તે કુમલું બાલક વધુ અને વધુ તાસવીસથી તબીબોની ભાશામાં "એકઝોસત" થતું હતું, અને એટલી બધી થાકજ તે બાલકનો આંકો ભાવશે એવો ભણેલા તબીબોનો વીચાર હતો. ઇસપીતાલનો બે ઘોડાની ગાડીમાં આવી ગયલો એક વડો યુરોપયન ડાકટર પંદર રૂપયા ખીસામાં મેલી એટલુંજ "પરીસકરીપશન" આપી ગયો કે "ધી ચાઈલડ ઇસ ડાઇંગ." ડાકતરો તરતના વીદાયે થયા, મી૦ બોલયાજી તેમના કહેવા પરમાણેના ઇલાજો ચાલુ રાખતા હતા, તેટલાં તે નશીબવાન બાલકના બુજરોગ મમાવા "મેસમેરીઝમ"ના ઉસતાદને પોતાની પાઘડી ઉતારી પટાવી સમજાવીને મારતી ગાડીમાં લઇ આવયા. આવીને જોય છે તો ઘેરની ખરકી ધોઈ ધાઇને ચોખી કીધેલી હતી, અને તે જોઈ તેમનાં હાંજા ગગડી ગયાં. ખબર કાહડતાં જણાયું કે "જે ઘડી જાયછે તે ખોટી છે." તોપણ બાલક સલામત છે એટલુંજ સમજતાં તેવણ ડાકટરને લઇ માલ ઉપર ગયા. ડાકતર સાહેબે બાલકને પસવારયું અને એ વેલાએ તાણ નરમ પડી નહીં હતી. રડતાં રડતાં સાદ બેસી ગયો હતો તોપણ તે બાલકનું સાદ વગરનું રડવું જારીજ હતું. બોલયાજીના વીચારોથી મમાવા વાકેફગાર હોવાથી તેવણે દમમાંજ તેવણને દુર કીધા, અને બોલીયાજી તે બાલકને જે ઘોલીયા ઉપર સુવાડયું હતુ તે ઘોલીયાનો એક કટેરો પકડી તે ડાકટર સમજી શકે એટલા ધીરા મન સાથ "ધીસ ઈઝ નયુ હંમબગ" કરી બોલયા. ડાકટર જાતે ધીમો અને ઠંડાં કલેજાનો હોવાથી તેણે હસીને એટલોજ જવાબ આપયો કે "યુ શેલ સી ધેત."

એવી કીસમની ધીરી વાતચીત વચે ડાકટર સાહેબે મેસમેરીઝમને લગતું પોતાનું કામ માતર તે બાલકના મુખ ઉપર પોતાના નરમ હાથ ફેરવીને ચાલુ કીધું, ભાયગે ચાર પાંચ મીનીટ એ પરમાણે ચાલુ રહયું કે બાલક રડતું મુગું રહયું, વધુ બે ચાર મીનીત અને બાલક ઉંઘાવા લાગુ—વધુ બે ચાર મીનીત અને બાલક સદનતર ઉંઘાઇ ગયું—પણ તે ઉંઘ સદાકાલની, છેલી, કયામતના દીવસ સુધીની ઉંઘ નહીં હતી, ડાકટર સાહેબે તાકીદ કીધી કે જેમ બને તેમ બાલકને ઉંઘવા દેવું અને જેવું ઉઠે કે તેની માતાને ધવાડવા આપવું અને જો તે ધાવે તો જાણવું કે સરવે ધાસતી મટી ગઈ. હેતવંતા મમાવાએ દશ રૂપયા તેમના હાથમાં મુકવાની તજવીજ કીધી પણ તે હરામ ગણી ડાકટર સાહેબે એટલું કહયું કે "જો તમારૂં બાલક સલાંમત રહે તો એ રૂપયા બક્ષેસ દાખલ અમારાં "હોમીયોપેથીક" ધરમનાં દવાખાનામાં ભરશો તો ગરીબોનાં દુખ દફે કરવાનું પુન હાંશલ થશે." કેહેવાની કશી ગરજ નથી કે એ બાલક ચાર કલાકે સજાગરૂં થયું અને હમેશ માફક ધાવવા લાગું. અતરે મારે જણાવવું જોઇએ કે ઉપલા "હોમીયોપેથીક" ડાકટરે પોતા તરફથી બે પડીકાં આપયાં હતાં અને ફરમાવયુ હતું કે પાછલથી ગમે તો એ મંનેનું એક એક પડીકું આપજો અને ગમે તો તમારા ઈંગરેજ ડાકટરોની આપેલી દવા ચાલુ કરજો, કેમકે એ બેઉ એક સરખો ફાયદો કરી શકશે. બાલક ધાવયા પછી પાછું ઊંઘમાં પડયું અને લાંબી ઊંઘ પછી પાછું સજાગરૂં થયું અને મમાવાએ બોહોશ કરી એક પડીકું અપાવયું, તયાર પછી વધુ દવાની કશી જરૂર રહી નહીં અને જેટલું જલદી તે નાજુક બાલક હાલહવાલ થઇ ગયું હતું તે કરતાં વધુ જહડપમાં તેના નાજુક ચેહેરાની સુરત અસલના જેવી તંદરોસત જણાવા લાગી. મી૦ ઓલીઆજી દંગ થઈ આ તમાશો જોતા હતા અને "ધીસ ઇઝ વનદરફુલ" એટલા બોલો રીવાએ તેવણથી વધું બોલાઇ શકાયું નહીં. મમાવાએ "મેસમેરીઝમ"ની ખુબી ઉપર બ્યાખયાંન ચલાવયાં, મમાઇએ "આતશબેહેરાંમ" સુખડની એક "માંચી" ચહડાવી, માતા વાહાલાં બાલકને ગલે લગાડી હરખનાં આંસુ પાડવા લાગી અને ઓલીઆજીજ માતર ઘેરમાં એકલા હતા કે જેમનો ચેહેરો ફીકો મારી ગયો હતો. એક બાલકનો જીવ ઉગારયો તેને બદલે "મેસમેરીઝમ" ખોટું પડયું હતે તો તેવણ કદાચ રાજી થતે. પણ એ "હમબગ" ની ફતેહથી તેમનું ખસીઆણાપણું છંડાઇ શકાયું નહીં. એ બનાવ બનયા પછી બીજે દીવસે તેવણ મને મલયા

અને ઉદાસ ચેહેરે ઉપલો હેવાલ કહી સંભલાવતાં બોલયા કે "જોયું કે ડીઅર, મને તો ઘણું હેરત ભરેલું લાગેછે, તર ને ફર, તે ને તેજ ઘડીએ, દશ મીનીટબી નહીં થઈ હશે, દવાદારૂનું નામ નહીં, શેક પોતનીબી પંચાત નહીં, એકથી બીજો ફેરો નહીં, હું તો માતર એક મોજેજો સમજુંછું—માશીનો પેસુ સાફ ના કહી ગયો કે એ કાંઇ બચે નહીં—મોટા દાક્ટરે કહયું કે "બચું મરેછે," અને પુઈનો કાવસ તો બે કલાકબી નહીં કાહાડશે એમ જણાવી જતો રહયો હતો." મેં થંડે કલેજે ઉતર આપયો કે "એમાં અજબ જેવું શું છે! આપણે જે ચીજ સમજીયે નહીં તેને વગર સમજવે જો હસી નાખીએ તોજ આપણને આવા બનાવોથી અજાયબી લાગે. એજ પરમાણે તમો "હોમીયોપેથી"ને હસતા હતા, અને જયારે તમો ઉપર આવી પડયું તયારે તેની સચાઇ વીશે તમારી ખાતરી થઇ. એજ પરમાણે "મેશમેરીઝમ" માટે પણ તમારાં સારાં ભાયગ કે એ બનાવ તમારા ઘેરમાં બનયો અને તેથી તમારૂં એ બીજું "હંમબગ" પણ ઓછું થયું છે. "થીયોસોફી"ને તમો હસો છો અને તે તમારૂં હંમબગ ચાલુજ છે. હું પોતે કાંઇ "થીયોસોફીસત" નથી તે છતાં તેઓ તરફ મારી દીલસોજી છે. માઠાં ભાયગે ઉપલા બે બનાવોની મીશાલ તમારા શરીરની સાધારણ આંખો (ફીઝીકલ આઇઝ) આગલ હાલના "થીયોસોફીસતો" એવા મોજેજા જાહેર રીતે કરી શકતા નથી, અને તેથી ઉડાંણથી વીચાર કરી મત બાંધવાની તમોમાં કમશકતી હોવાને લીધે તેને લગતી તમારી ખાતરી થઇ શકતી નથી. જેને અંગરેજીમાં (મેન્ટલ આઇઝ) કહેછે તેની ખુટને લીધે જે ચીજ તમો નજરે નજર જોવો નહીં અને જેઓ ઉપર તમારો ખરો ખોટો ઇતબાર બેસી ગયો હોય તેઓ પોતે જે ચીજ સવીકારે નહીં તેમનાં પુછડાં તરીકે તેમની પાછલ ઘસડાઇ તમો પણ નાજ પાડવાના. પણ મારા ભાઈ શું તમે "શેકશપીઅર"માં નથી વાંચયું કે જે ચીજો આપણા સવપનામાંબી આવી શકે નહીં તેવી અજબ જેવી ચીજો આ ધરતી અને આકાશમાં હસતી ભોગવે છે. હું તમુને એમ નથી કેહેતો કે બધીજ ચીજો એકદમ માની દેવી. એ પણ એક જાતની મુરખાઇ અને ઘેલાપણું છે. મારૂ કેહેવું એટલુંજ છે કે જે ચીજ આપણે સમજી શકીયે નહીં તે ચીજોને હસી નાખવાને બદલે તે માંટેનો આપણો અભીપરાય તેમને લગતો પુરતો અભીઆસ કરવાને બની આવે તયાં તલક મુલતવી રાખવો. એટલુંજ કીધાથી તમો કોઇબી સારાં માઠાં કામને એક સરખી રીતેજ નુકશાન કરતા અટકશો. હું ફરીથી

કહું છું કે થીઓસોફીનો હું હીમાયતી નથી તોપણ જે કામ પાછલ તેઓ હજારોના ગાંઠના ગોપીચંદ કરી, દુનયાઈ લાલચેનો તયાગ કરી, તન મન અને ધનથી વગર હાંસલે રગડાય છે તે તરફ ખુદરતી રીતેજ મારાથી માનની નજરથી જોયા વગર રેહેવાતું નથી." આ મારા વીચારોની તેવણ ઉપર એટલી તો અસર થઇ કે તેવણ નરમ ઘી જેવા થઇ જઈ મને પુછવા લાગા કે, "શું તયારે આખા યુરોપમાં ભાજીપાલાની ખોરાકી તરફ વીદવાનોનું ધયાંન ખેંચાયુંછે અને આપણે અતયાર સુધી આપણા હીંદુ ભાઇબંધોને "ભાજીખાઉ" ના એલકાબથી હસીયે છીયે તેમાં શું તેઓ વાજબી હશે, ભાજીપાલા ઉપર માનસથી જીવી શકાતું હશે, તનદરોસતી સચવાતી હશે, શું એબી એક નવું હમબગ નથી?" મેં પુછયું કે "મી૦ બેરાંમજી પાંડે હાલ વરતમાન પતરોમાં છપાવી એ બાબદને લગતાં ચોપાંનીયાંઓ મુફત વેહેંચેછે તે તમે મંગાવીને વાંચયાં તો હશે?" તેવણ બોલયા "હું જે ચીજને "નોનસનસ" સમજું તે ચીજ પાછલ વખત ગુમાવવાનું મને પસંદ નથી." મેં કહયું "ડીયર બોલીયાજી, વલી તમો ભુલોછો, આતલી બધી ખાતરજમા થવા છતાં જે ચીજ તમો સમજતા નથી તે ચીજ માટેની ખાતરી કીધા વગર વલી તમે તેને "નોનસનસ" કહો છો. હું તમુને ભાજીખાઉ થવાની ભલામણ કરતો નથી પણ તમુને મારી અરજ માતર એટલીજ છે કે તેને લગતાં શાહીતયથી તમો વાકેફ-ગાર થાવો અને પછી તમારે ગમે એવો અભીપરાય આપવાને તમો મુખતીયાર છો." મી૦ બોલયાજીને કીધેલી મારી છેલી ભલામન વાંચ-નારને પણ હું કરૂંછું અને આશા રાખુંછું કે એક ભાજીખાઉ બારીસટર તરીકે મારી તરફના કશા પણ મરી મસાલા વગર ભાજીપાલાનો જે મુક-દમો તેઓ હજુર રજુ કરવાની ઉમેદ રાખું છું તે કશાપણ આગલા પાછલા વેહેમો વગર તેઓએ વાંચવો અને પછી ધીરજથી છેલે સરવાલે તે માટે એક અપક્ષપાત "જુરી" તરીકે મત બાંધવું.

એક અગતની મુલાકાત.

એક દીવસ "ફરાંમજી કાવસજી ઇનસટીટયુટ" માં એક રાજદુવારી હીલચાલ માટે દેશીઓનો મોટો મેલાવડો જમાવ થયો હતો અને તયાં દાખલ થતા દરએક ગરહસથના હાથમાં નવાઈ સરખાં "હેનડબીલો" છુટે હાથે વેંહેંચવામાં આવતાં હતાં. સારાં ભાયગે તે મધેનું એક મેલ-

વવાને હું પણ ભાયગશાલી થએા હતેા. આ "હેંડબીલ" માં ભાજીપાલાને લગતાં "યુરેાપીયન સાહીતયની" એક નાની ટીપ પરગટ કરવામાં આવી હતી અને તેને મથાલે લખેલું હતું કે તે સાહીતય જેને જોઇએ તેને એલફીનસટન સરકલની ચેાકસ નંબરવાલી ઈમારત મધેથી મી૦ બી. ડી. પાંડે પાસે મંગાવયાથી મુફત આપવામાં આવશે. સભા "સીવીલ સરવીસ" ના ઉમરના સવાલ ઉપર ચુનેાચરા ચલાવાને મલી હતી. વલી એવી રાજદુવારી સભા ઘણે લાંબે વખતે મલેલી હેાવાથી, તથા નામદાર "લેારડ રીપને" દેશીઓને રાજદુવારી હકેા મેલવવા માટે નવી ઉલટ આપેલી હેાવાથી આ હીલચાલમાં ભાગ લેવાને એક ગંજાવર સંખયા ઉતરી પડી હતી, જેઓમાં હીંદુઓ અને પારસીઓનેા મેાટેા ભાગ સારી જગા મેલવવાની ઉમેદમાં ઘણેા આગમજથી હાજર થએા હતેા. સારા ભાયગે સભાનું કામ શરૂ થાય તેટલેા વખત કંટાલા ભરેલી આતુરતામાં ન ગુજારતાં તેમને પેાતપેાતામાં વાદવીવાદ ચલાવવાને ઉપલું "હેનડબીલ" અછું સાધન થઇ પડયું હતું. "હેનડબીલ" ઇંગરેજી ભાશામાં છપાયલાં હતાં અને તેથી આપણા કેાલેજોમાં કેલવાયલા "ભટા માસતરેા" ને તેમની "ટાટીઆ ઇંગલીશમાં" તે ઉપર વાદવીવાદ ચલાવતા સાંભલી હું ગમત મેલવતેા હતેા. તેમની તથા મારા પારસી મીતરેાની વાતચીતનેા મુખય સાર એ હતેા કે એ પારસી ગ્રહસ્થ કેાણ છે? શું તેવણ પેાતે ભાજીપાલા ઉપરજ પેાતાનું ગુજરાંન ચલાવતા હશે? ગાંઠનેા ખરચ કરી એ રીતે "હેનડબીલ" છપાવવાં એટલુંજ નહીં પણ ઈંગલંડથી સંખયાબંધ ચેાપાંનીઆંઓ મંગાવી મુફત વંહેચવાં તેનેા કાંઇ પણ સબબ હશે? કેાઇ કહે કે તેવણે તરણ હજાર ચેાપાંનીયાંઓ ઇંગલાંડથી મુફત વેંહેંચવા અરથે મંગાવયાં છે. કેાઈ કહે તેવણ પેાતે ભાજીખાઉ છે એટલુંજ નહીં પણ પેાતાને માટે રસેાઇયા તરીકે ખાસ એક બ્રાહ્મણ રાખયેા છે. વલી કેાઈ કહે કે તેવણ માતર ફ્રળફ્રલાદી ઉપર જીવે છે અને રાંધેલી ચીજ બીલકુલ વાપરતા નથી. ભાજીપાલાના ખેારાકથી તેવણ તદન નાતવાન થઈ ગયાછે એમ જયારે કેાઇ બેાલતું તયારે વલી બીજા તેમને ખેાટા પાડી જણાવતા કે એ ફેરફાર પછી તેા તેવણ સાંમા માતી ગયાછે. વલી એક એમ ધારતેા કે તેવણ સારી કાંતી દુધ લેતા હશે તયારે બીજાનેા વીચાર એવેા હતેા કે આપણા ભાઈયાઓની મીસાલ રેાજનું શેર સવાશેર ઘી ખાધા વગર કાંઇ ભાજીપાલા ઉપર જીવી શકાય નહી. આ સરવે ગેાફતેગેામાં જરા પણ ભાગ લીધા વગર મેં મનમાં ઠેડાવ કીધેા કે મી૦ પાંડેના

ચોપાંનીયા સીપાઈ પાસ મંગાવવાને બદલે તે લેવાને બાહાંને હુંજ એ પરમારથી અહસ્થની મુલાકાત લઉં અને બની શકે એમ ઉપલા સવાલોનો ખોલાસો મેલવું. આ ઠેડાવ પરમાણે મેં એક દીવસે.સવારે દશ કલાકે "રીચી સટુઅરટ"ની આફીસમાં તે અહસથની મુલાકાત લીધી. તેવણે સંપુરણ સભયતાથી મને ખુરશી આપી બેસાડયો અને મારી અરજ સાંભળતાં પોતાનીજ પાસે એક પતરાંનો મોટો બાકસ "ભાજીપાલાના સાહીતય"થી ખીચો ખીચ ભરેલો હતો તે મધેથી થોડાંક "ટરેક્તસ" કાહાડી આપયાં. તેવણ નાની દાહડી સાથના બતરીશ તેતરીશ વરશના ગબરૂ જવાન જેવા લાગતા હતા. તેમનો ચેહેરો ઘણો ખરો હશતો અને ખુશાલ દીસતો, તેમનાં શરીરનો બાંધો જેમ છેક માતી ગયલો નહી હતો તેમજ કોઈબી રીતે નાતવાન તો કેહવાઇ શકાયજ નહી. હું એક વરતમાન પતરનો અખબારનવીશ છું એવાં કશાંપણ દ્લેલ વગર મેં તેવણ સાથ થોડીક વાતચીત ચલાવી જે ઉપરથી ઉપર જણાવેલી ઘણીખરી અટકલોનો મને મનમાનતો ખોલાસો મલી શકયો. મારા જુદા જુદા સવાલોના જરા પણ આનાકાની વગર તેવણે મને લાયકીથી જે જવાબો વાળયા હતા તેનો ટુંક સાર અતરે જણાવવાની હું રજા લેઉંછું. તેવણનાં જણાવયા પરમાણે તેવણને માંસનો ખોરાક બચગીથીજ નાપસંદ હતો, અને તેવણના વડીલોના જણાવવા પરમાણે અગયાર વરસની ઉમર સુધી તેવણે માંસનો ખોરાક લીધો નહી હતો. આ બીના જાંણતાં મને એમ લાગું કે જેમ કેટલાકો જનમથીજ કવેશરો જનમે છે તેમ કેટલાકો "બોરન વેજીટરીઅનસ" પણ હશે. અગીયાર વરસની ઉમર પછી તેવણે માસનો ખોરાક ચાલુ કીધો પણ તે તેવણને બીલકુલ માફક આવી શકયો નહી. તેવણની દેહ લથડવા લાગી, માંદગીએ ગલબો કીધો, અને તનદરોસતી પાધરી ચાલી નહી. એ રીતે લાંમબો વખતવેર ચાલયા પછી તેમને માંસનો ખોરાક તજી દેવો પડયો. હાલ તેવણ એક દાહેકા કરતાં વધુ વખત થયો પાછા ભાજીપાલા ઉપરજ જીવેછે. ધરમની છીટ, પરાંણીઓ ઉપરની દયા, કરકસર, ઇતયાદી સબબો માંસનો ખોરાક તજવા ખાતર રજુ કરવામાં આવેછે અને તે સઘલું "ભાજીપાલાના સાહીતય" માં વીગતવાર રીતે દરશાવવામાં આવયુંછે પણ તે સબબોને સર મી૦ પાંડેને કાંઈ માંસનો ખોરાક તજવો પડયો નથી. તંદરોસતી—અને માતર તંદરોસતીનેજ—ખાતર તેવણને લાગું કે માસનો ખોરાક તેમને માફક આવી શકતો નથી અને તેથી તેવણે તે છોડી દીધો છે ખરો, તોપણ ઉપર જણાવેલી સઘલી

ગપ પરમાણે તેવણુ માતર ફુલફુલાદી ઉપર જીવતા નથી, દુધ પણ ક્રાઝું વાપરતી નથી, ઘી તેા ઘણુંજ જુજ અને નહીં સરખું વાપરેછે. તેવણે ઈંગલંડથી મંગાવેલાં ચેાપાનીયાં માટે તેમને સવાલ કરતાં તેવણે જણાવયું કે તરણુ હજાર કરતાં વધુ સંખયા તેવણે મંગાવી છે પણ તે ઉપર બેઠેલેા ખરચ જણાવતાં તેવણે આનાકાની કીધાથી મેં તેવણને તે માટે ક્રાક્રી બેાહેાશ કીધી નહીં. તેવણે એટલુંજ જણાવયું કે માનવી જાતનાં ભલાં અરથે તેવણે પેાતાની ફરજ વીચારી એટલેા નજીવેા ખરચ માથે ઉઠાવર્યો છે. નજીવેા તેવણે માતર પેાતાની લાયકીને અરથે કહયેા હતેા પણ તરણુ હજાર કરતાં વધુ ચેાપાંનયાંનેા ખરચ કેટલેા હેાવેા જોઇયે તેની મુનસફીં હું વાંચનારનેજ સેાંપુંછું. "ભાજીપાલાનેા ખેારાક પકાવા ખાતર શું તમેા સાહેબે ખરેખર એક બ્રાહ્મણ રાખયેા છે?" આવી રીતનેા મારેા સવાલ સાંભલતાં તેવણ હસી પડયા અને તેનેા પણ ખરેા ખેાલાસેા આપવાને ખેાટું વીચારયું નહીં. તેવણે કહયું કે "જયારે મેં ભાજીપાલાનેા ખેારાક નવેસરથી ચાલુ કીધેા તયારે મને વીચાર આવયેા કે આપણા દેશના કરેાડેા હીંદુઓ જે ભાજીપાલા ઉપર જીવેછે તેઓને માટે કાંઈપણ લાયક વાંનીઓ પકાવામાં આવતી હશે. ભાજીપાલાનેા ખેારાક લેવેા એમ બેાલવું સેહેલ છે પણ આપણામાં તે ખેારાકને લગતી પુશટીકારક વાંણીઓ પકાવાની સમજ નથી અને તેથી ખરેખર માતર ભાજીપાલા ઉપરજ જીવવાની તજવીજ કરતાં શરીરનું કઉવત ઘટી જાય છે, નાતવાની ગલબેા કરેછે અને ભાજીપાલાનેા ખેારાક ખેાટી બદનામીમાં આવયાથી આપણને તે તજી દઈ પાછેા માસનેા ખેારાક લેવેા પડે છે. મારા "કેસ" માં પણ એ પરમાણે નહીં બને તેથી થેાડાક દીવસ હીંદુઓની સઘલી વાંનીઓ મારા બબરચીને શીખવવા ખાતર મેં એક બ્રાહ્મણ રાખયેા હતેા, પણ હાલ તે મારી નેાકરીમાં નથી. આવી રીતે હીંદુઓની વાંણીઓ તપાસી ખરી, પણ તયાર પછી મને યુરેાપથી મલેલી ભાજીપાલાને લગતી "કુકરી બુકસ" થી ઘણી મદદ મલી શકી છે. ભાજીપાલાની ખેારાકીનેા આપણા લેાકેાને જરા પણ ખરેા ખયાલ નહીં હેાવાથીં તેઓ તેને હસી નાખે તેમાં નવાઈ નથી; પણ "બબે ફદીયાં" ની કીમતની અને બીજી નાની મેાટી ભાજીપાલાના ખેારાકને લગતી યુરેાપથી મલેલી પકવાન પેાથી ઉપર સેહેજ નજર ફેરવતાં ખાતરી થાયછે કે ભાજીપાલાની મારફતે પણ સેંહેંકડેા સવાદીશત, પુશટીકારક અને મનપસંદ વાણીઓ મેલવી શકાય છે. એ સરવે વાણીઓને લગતી બેખબરીને લીધે આપણા લેાકેા માંસનેા ખેારાક તજી દેવાને હારી ખાય છે પણ મેં તે બધેની

ઘણીખરી વાંણીઓ તપાસી જોઇછે અને જેટલી "વેરાએતી" તમો માંસ ખાનારાઓ દરરોજ મેલવી શકતા નથી તેટલી જુદી જુદી જાતની મન-પસંદ વાંનીઓ હું ભાજી તરકારીમાંથી મેલવી શકુ છું."* આ સરવે ખોલાસા અને તેમની લાયકી ભરેલી મારી સાથની વરતણુક માટે મેં તેવણનો ઉપકાર માનયો અને છેલે ખોલાસો કીધો કે તેવણની મેહેરબાંનીથી મેલવેલું "સાહીતય" દેશી વાંચનારાઓ સામે રજુ કરવાની હું ઉમેદ રાખુંછું. તેવણે આ વીચાર સાંભલતાં ઘણી ખુશાલી બતાવી, પોતા તરફની બનતી મદદ પુરી પાડવાની મને કબુલાત આપી. મી૦ પાંડે તર-ફથી અતયાર સુધીમાં જેટલું સાહીતય હું મેલવી શકયો છું તે આ પરમાણેનું છે:—

"ભાજીપાલાની ખોરાકીનો ફેલાવો કરનારી મંડલીની મહદેનજર," "લખો ઇનસાનો માટે સસતો ખોરાક," "ભાજીપાલાની ખોરાકી ઉપર ગુજ-રાન ચલાવનારાઓની પોતાની શાક્ષીઓ," "મીશનરીઓ તરફની ગવાહી," "તન તથા મનને લગતો અનદાજો," "સખીઓને સુચણા," "માંસના ખોરાકથી જનાવરોના દરદોનું માણસને લાગુ પડવું," "ચા—મંડલને લાયકનું ખાનું," "જાનવરોનો કીનો," (કવીતામાં), "ખોરાકનું રસાયણ શાસ્ત્ર," "લખોને માટે ખોરાક," "માંસના ખોરાક ઉપર પલુટારકનો નીબંધ," "ખાધ ખોરાકીનો સુધારક," એવે નામનું માસીક તથા તેનું વારશીક "આલમેનેક," "કેમ શરૂ કરવું," "ખાધ ખોરાકીને લગતા બે અનુભવ," "ભાજીપાલાના ખોરાકની તરફેણમાં તબીઓ અને વીદવાનોની "ગવાહી," "જરમની ખાતે ભાજીખાઉની જીંદગીનો ચીતાર," "ખોરાક—ચોખો, સસતો, પુશટીકારક," "દુકર અને તેને ભક્ષ કરનારાઓનો ભય" "ભાજીપાલાનો ખોરાક શા કારણસર હું પસંદ રાખુંછું તેના સબબો," "આઠ આનાના રોજીંદા ખરચમાં પરણેલી જીંદગી કેમ નીભાવી શકાય?" "વીસ પકવાનો," "ભાજીપાલાના બોતેર પકવાનો ઉપર ચાર આના કેમ ખરચી શકાય," "સવાદનું સાદાપણું," "છાકટપણું અને તેનો ઈલાજ" "ખોરાક ઉપર ભાશાણું," "ફલફલાદી–માણસનો ખરો ખોરાક,"—"માણ-સની ખાધ ખોરાકીને લગતા બનેલા ખરા બનાવો અને તે ઉપરથી ઉપ-જતા વીચાર," ઇતીઆદી ઈતીઆદી ચોપાંનીયાંઓ ઉપરાંત તેવણે મને પોતાને માટે બનાવેલું સવાદીશટ "પોરીજ" ચખાડયું અને બીજી અનેક કીસમની જોઈતી મદદ આપવાને કબુલયાથી તેવણ તરફના હેશાંનમાં ગરકાવ થઇ હું તેવણથી જુદો પડયો.

ભાજીપાલાની ખોરાકીને લગતો એક હેરત ભરયો મુકદમો.

નામદાર માહારાણીજીના હીંદી પરજામતની વડી અદાલતમાં.

ઉપલી અદાલતમાં ઉપલો મુકદમો નીકલતાં વાદી ભાજીપાલાની ખોરાકી તરફથી તેમના ભાજીખાઉ બારીસટરે નીચલું "ઓપનીંગ સપીચ" યાને સરૂઆતનું ભાશણ કરયું હતું:—

મારા લોરડ અને ખાસ જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુંઓ.

આજ દીને મારાં કુલ—ભાજીપાલાની ખાધ ખોરાકીને લગતો મુકદમો તમો સામે રજુ કરતાં મને બેહદ ખુશાલી ઉપજેછે. કોઇપણ જાતનો મુકદમો રજું કરવામાં હમો કાયદા શાસ્ત્રીઓને ખુશાલી તો ઉપજવીજ જોઈયે કેમકે તેમ કીધાથી અમારાં દાહાંમાં કેટલીક સોનાંની મોહોર આવી પડેછે. પણ તે જાતની ખુશાલી ઉપર હું દાવો કરી શકતો નથી. હું ખુશી એટલા માટે છું કે આજે હું એવા કુલ તરફથી હાજર થતો નથી કે જે કોઇ માબાપ વગરનું નાવારેસ બાલક હોય અને જેને તેના કાકા મામાઓએ નહવારી નાખયું હોય. વલી મારૂં કુલ કોઇ નાચાર બેચાર વીધવા પણ નથી કે જેણીની કુરકુર કરીને ગુજારો ચલાવવાની અથવા મોત લાકડાંની ટુંક પુંજી કોઈ ઉઠાઉગીર સાહુકારો પચાવી બેઠા હોય. કોઇ નીરદોશ બાનુ ઉપર અનીતીનું જુઠું ઓહોતાંન જોડી કાહાડી, નવી મોહોબતમાં ફસેલા ભરથારને છુટા છેડા કરાવી આપવાનું પણ મેં માથે લીધું નથી અથવા તે નીરદોશ બાનુની પાક દામનની પુરવારી કરી આપવાનું પણ મારૂં કામ નથી. કોઇ રડી રહેલા "શેર હોલડરો" તરફથી ઉઠાઉગીર "ડાયરેકટરો" અને "લાઇફ એજંટો" ને સજા કરાવાની દુઃખ ભરેલી ફરજ પણ મારે માથે લટકતી નથી. કોઇ કમનસીબ અપરાધીની "જીંદગી અને મોત" નો સવાલ મારી તરફની હીમાયત ઉપર લટકતો નથી. પીતાની હયાતીમાં મારૂં કુલ બાપીકી મીલકત ઉપર દાવો કરતું નથી. અથવા મારૂં કુલ તે પીતા પણ નથી કે જેને

પોતાની હઈયાતીમાં પોતીકા વડીલોની મીલકતના ફાલા પાડી પોતીકા ફરજંદોને વેંહેંચી આપવાની ફરજ પડતી હોય. મારાં કુલને કોઇ ભાગી-આઓએ દાર મારયો નથી. મારાં કુલે કાંઇ મોટી ઉચાપત કીધી નથી. મારાં કુલે કશા તરકટ, કાવાદાવા અથવા રાજદુવારી રીતના જગાડયા નથી. મારૂં કુલ એક તરતના જનમેલાં બાલકના સરખું નીરદોશ છે અને એવાં નીરદોશ કુલ તરફની "બ્રીફ" કબુલ કરવામાં કીયા "બેરીસટર" ને ખુશાલી નહીં લાગે? વધારે ખુશાલી મને એમ લાગેછે, મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુંઓ, કે જેમ જેમ મારાં કુલ તરફનો મુકરદમો હું રજુ કરતો જઇશ તેમ તેમ તમો નામદારોને ધારાપોથીનાં દફતરો, કલમો, "ફોલીયા"ઓ, ઇતયાદીને ગુચવણ અને ગભરાટમાં મુકવાનો મારો ઇરાદો નથી. "ઇનડીયન પીનલ કોડ" ની "પીશતોતેરમી" કલમ સાથ અમુને કશું કામ નથી. અથવા પારસી, હીંદુ કે મુસલમીન કોમના જુદા જુદા ધારાઓની "સારી ગોપતાલીશમી" કલમની પણ મને મારા કુલના લાભમાં મદદ લેવાની કશી અગત નથી. અમો વકીલ બેરીસટરના ભેજાં ફેરવી નાખનારા એ ધારાઓનો હવાલો હું મારા ભાઇબંધો "મેહેતા" અને "ટેલંગ" ને સોંપુંછું. મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુંઓ, મારા કુલના બચાવમાં જે ધારા-ઓનો હું ઉપયોગ કરવા માગુંછું તે ધારાઓ કોઇ જુદી જુદી કોમોને માટેના ખાસ નથી પણ તે તમામ માણસજાતને માટે ખુદરતે પોતેજ ઘડેલા ધારાઓ છે અને તે ધારાઓનો વીશેશ લાભ અમો ધારાશાસ્ત્રીઓને માટે નહીં, પણ કુલે માણસજાતને માટે નેમાયલો છે. ખુદરતના તે ધારાઓ જેટલા તમો નામદારોને લાગુ પડી શકશે તેટલાજ "કેપ કોમો-રીન"થી તે "હીમાલય માઉંટન"ના શીખર ઉપર વસતાં ઇનસાંનો માટે પણ ઘડાયલા છે. એ ધારાઓ તનદરોસતીના, આંગને પુશટી આપવાના, કરકસરનાં, પરમારથ અને પરોપકારના છે અને રફતે રફતે મારા કુલ તરફથી તેમની કીમતી શાહદતો સાથ હું મારો મુકરદમો તમો સનમુખ રજુ કરતો જઇશ. મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુઓ, ભાજીપાલાની ખાધ ખોરાકીને લગતું મારૂં નીરદોશ કુલ દુનયાની શરૂ-આતથી હસતી ભોગવતું આવયું છે. ખોદાએ "આદમ અને ઇવ"ના જોડાંને બેહેશતના બાગમાં જ્યારે સપર પેહેલું પેદા કીધું તયારે શું તેઓ બકરાં, ગાય, ડુકર, અને તરકી મરઘી ઉપર પોતાનો ગુજારો કરતાં હતાં? બીલકુલ નહીં. ફલફલાદીજ તેમના ગુજારા માટે નેમાયલી હતી અને

તેંજ તેમને બસ થતી. બેહેશતનાં પવીતર મુકામમાં થયલી એ શુભ શરૂઆત પછી માણસ જેમ જેમ સુધરતું ગયું તેમ તેમ શેકારનો જંગલી શેાખ ઉતપન્ન થયેા—શેકાર ઉપર લેવાયલી મેહેનત ઉપરથી પેહેલાં શેકાર ચાખવાની તેને આતુરતા થઇ, અને જેમ વાઘને માટે કહેવાય છે કે એક વાર માણસનું લેાહી ચાખયા પછી તે માણસના લેાહીનેા સદા તરસેા રહે છે તેમ જનાવરનું માસ એકવાર દાંતે લાગયા પછી માણસ પણ ઉપલાં વાઘની મીસાલ આજની ઘડી સુધી જનાવરેાનાં માંસ માટે ભુખયું રહેછે. પણ મારા લેારડ અને જુરીના ગ્રહસથેા તથા બાનુઓ, કયેા સુધારેા એકજ ઠેકાંણે જઇને અટકયેા છે. તે તેા હમેશાં આગલ વધવા માંગે છે પણ સારાં ભાયગે સુધારાનેા રસતેા હદ વગરની "ઇનફીનીટ" લંબાઇનેા સીધેાને સીધેાજ રસ્તેા નથી. આપણી આ દુનયા જેમ ગેાલ ફરેછે તેમ હરએક રીતનેા સુધારેા પણ ગેાલ ચકરાવામાં ફરતેા આવ્યેા છે. જે ચીજ એક જમાનામાં ખામી ભરેલી ગણાતી અને તેને ફેરફાર કરવામાં આવતી તે તયાર પછીના જમાનામાં વધારે ખામી ભરેલી ઠરતી અને તેમાં વધુ ફેરફાર થતેા. એ પરમાણે દર જમાને સુધારાને નામે તેની હાલત બદ-લાતાં બદલાતાં જો તેની અસલ હાલતનેા તમે ખયાલ કરશેા તેા જણાશે કે જમાનાઓ સુધીનાં ફાંફાં છતાં તેમાં જે મેાટામાં મેાટેા સુધારેા થતેા તે તેા માતર તે ચીજને તેની અસલ ખુદરતી હાલતમાં લઈ જવાને લગ-તેાજ હતેા. અલબતાં તમે તેને અસલ નામે બેાલાવશેા નહીં. તેને વખતને માફક આવતું સુધરેલુંજ કાંઇ નામ આપશેા, પણ બાતેનમાં તેા તે અસલી જમાનાઓમાં હસતી ભેાગવી ગયલી કેાઈ જાણીતીજ ચીજ હેાવાની. આવી રીતના ચાલુ સુધારાના ગેાલ ચકરાવામાં યુરેાપના વીદવાનેા, ફીલસુફેા, અને નામીચા તબીબેાનું ઘયાંન મારા કુલની અસલ સ્થીતી ઉપર લાગું છે, અને તેઓ આજની વીદયાના બલથી માણસ જાતના અગણીત લાભેા અર્થે મારાં કુલનું મુસતકીમપણું જે હજારેા જમાના થયા ટકી રહયું છે તે પુરવાર કરી આપવાને મેદાન પડયા છે. મારા લેારડ અને જુરીના ગ્રહસ્થેા તથા બાનુંઓ, મારા કુલ તરફથી સુધરેલા યુરેાપમાં ખાશ "કમીશન" મેાકલી જે જે મુખ જબાંનીઓ તમેા સનમુખ રજુ કરવાને મંગાવી છે તે ઉપરથી તમે જોશેા કે તમારી સનમુખ હાલના જમાનાના જાણીતા વીદવાનેાજ નહીં પણ આગલા પાછલા જમાનાઓના નામીચા ફીલસુફેા પણ હાજર થશે. જુદી જુદી કેામેાના ધરમ પુસતકેા પણ તમેા સનમુખ રજુ કરવામાં આવશે. "પીથાગેારસ" "ઝેનેા"

"સોકરેટીસ," "એપીકયુરસ," "ઓસોનીયસ," "સીનેકા" અને "પલુટા રક" જેવા કવેસરો અને તવારીખનવેશોએ મેહેરઆંનીની રાહે મારા કુલ તરફથી તમો નામદારો સામે મુખજુબાંની આપવાને હાજર થવાનું કબુલ કીધું છે. જો કે તેમને મરણ પામયાને સદીઓ વહી ગઇ છે. વલી "સાએરસ" ને વખતના બાહાદુર ઈરાનીઓ, "લીઓનીદાસ" ના જગ-આશકાર "યુનાનીઓ," રોમ શેહેરના "હરીસો ખાનારા પેહેલવાનો," "ગસતેવસવાસા" ના અમલ તલેના "સવીડનના" રેહેવાસીઓ, હાલના ચીનાઓ, જાપાંનીસો, ટરકો અને જંગલી ઝુલુઓ વતીક, "ચીલ્લી" ના ખાણુ ખોદનારા ખરતલ મજુરો, "હડસન બે" ઉપર શેકાર પકડનારાઓ, આપણી નજર આગલનાં કરોડોની સંખયાવાલા હીંદુઓ, રાથોર બાંધાના આપણા દેશ ઉપર સદાનો ડોલો રાખનારા ખરતલ "રશીયનો," અને "સમીરના" ના નવગણીઓ એ સરવે પરજાનો મોટો ભાગ ભાજીપાલા અને માતર અનાજ ઉપર પોતાનો ગુજારો ચલાવતા હતા અને હજી પણ ચલાવછે એમ જ્યારે હું તમને કહીશ ત્યારે, મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાંનુઓ, તમને તે બેહદ ઓચંબો પમાડશે, પણ તે સરવે તવારીખની સચાઇ છે અને તે સચાઇઓ મારાં કુલના લાભમાં યુરોપના પરમારથી વીદવાનોએ ભારે રંજ, ખરચ અને ખંતીપણાથી આજે આપણી સનમુખ રજુ કીધી છે. આપણા હીંદુ ભાઇબંધો ભાજીખાઉ છે અને તેમનેજ માતર દુનયાની જાણીતી ભાજીખાઉ પ્રજા તરીકે આપણે હસતા આવ્યા છીયે પણ તેમની સંઘમાં કેવી નામીચી, દલેર, અને હીંમતવાન પ્રજાઓ રોજે અવલથી બીરાજતી આવીછે તેનો આપણને બીલકુલ ખયાલ નથી, પણ એ ખયાલ હાલમાં આપણને જે આઇતો મલયો છે તે "ડાકટર લેમબ," "સર જોન સીંકલેર," "સીલવેસટર ગરાહમ," "જાન સમીથ," "હાવરડ વીલીઅમ," અને "રોબરટ સપરીનજર," સરખા વીદવાનોની બેહદ મેહેનતના પરતાપથીજ છે. મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુઓ, યુરોપની અંદર આજે સેંકડો નહીં પણ હજારો જણાઓ બાપદાદે માંસ ખાતા આવેલા છે તેઓ શા શા સબબો સર તેનો તયાગ કરી મારાં કુલ તરફ લલચાઇને ભાજીપાલા ઉપર પોતાનો ગુજારો કરવા લાગા છે તેપણ તમો સનમુખ રજુ કરવાની હું મારી ફરજ વીચારૂંછું. આપણા હીંદુઓ ધરમનેજ બહાને ભાજીપાલા સાથ બંધાઇ રહયા છે, અને જુજબી પારસીઓ જે ભાજીખાઉ છે તે આપણા સખી વજીદ શેઠ સોરાબજી જમશેદજીની પા સદી કરતાં વધુ ઉપરની એક

કીમતી કેતાબને આધારે ગોસપંદો તરફની માતર દયાનેજ ખાતર ભાજી-ખાઉ રહયા છે. પણ મારાં કુલ તરફથી મારા લોરડ અને જુરીના ગરહસથો તથા બાનુઓ, હું તમને ગોસપંદો તરફની એવી દયા અથવા ધરમને બાહાંણે "પરેજયુડીસ" કરવા માંગતો નથી. તમારાં મગજમાંથી જેમ બને તેમ ઉતાવલેથી એવી દયા અને ધરમનો વીચાર કાહાડી નાખજો. તમારે માતર વીદયાના, તવારીખના, તનદરોસતીના અને સરવેથી વધુ અગતની 'સંસારી કરકસર'ના નીયમોથી મારા કુલની ખરી લાયકાત તપાસવીની છે. મારાં કુલની મજબુત હીમાયત માટે ઈંગલંડમાં જે નામીચી અને વગવાલી મંડલી ઉભી થઇછે તેમાં હજારો લોક દમબદમ દાખલ થાયછે તે કાંઇ એકજ સબબને સર નથી. સઉ સઉને માફક આવે એવા ખાસ જુદા જુદા સબબો સર મારાં કુલને હરરોજ નવી નવી મજબુતી મલતી જાયછે અને તે મારા હાથમાં જે "બરીફ" મુકવામાં આવી છે તેમાં જેવી રીતે વીસતારવામાં આવ્યાં છે તેવી રીતે તમો સનમુખ રજુ કરવાની મારી ફરજ વીચારૂંછું. હીંદુઓની મીસાલ ઈંગલંડમાં પણ કેટલાક તેમના ધરમપુસતક "બાઇબલ" ને આધારે ભાજીખાઉ થઇ ગયા છે. "સાલફરડ" અને "પેનસીલવેનીયા"ના એકાદ ચોકસ પંથના દેવલમાં તો જેઓએ "માંસ" અને "શરાબ"નો તયાગ કીધો નહીં હોય તેમને દાખલ કરવામાં આવતાજ નથી. કેટલાકો વીદયાને આધારે ભાજીપાલા પર જીવેછે અને તેમને "સાએનટીફીક વેજીટેરીયનસ" કહે છે. કેટલાકો પરમારથને ખાતર ભાજીપાલાનો ખોરાક પસંદ રાખેછે પણ તે પરમારથ માતર જન જનાવરો તરફનોજ નહીં પણ પોતાના જાતભાઇઓ તરફનો વધુ છે. કેટલાકો તનદરોસતી અને શરીરશાંતીને ખાતર ભાજી-પાલા ઉપર ગુજારો ચલાવે છે. કેટલાકો માંસના ખોરાકની નજીસાઇની સુગને ખાતર તેનાથી દુર નાહાસેછે. એવા સુગાતરાઓનો એક રમુજી દાખલો હું અતરે રજુ કરવાની રજા લઉંછું. એક સુગાતરી બાનુએ ખાટ-કીની દુકાંને બકરાંનું ગોશ ખરીદતાં હાથ લગાડીને તપાસીઆ પછી ખાટકીને પુછયું કે, "અરે આ ગોશ કેટલું બધું ઠંડું છે?" પેલા મશકેરા ખાટ-કીએ તુરતજ જવાબ દીધો, "હા બાઇ સાહેબ, મુરદાં હમેશાં તાહાડાં પડી ગયલાંજ હોયછે." મુરદાંના જેવોજ કમકમાટ ભરેલો બોલ સાંભલી પેલી બાનુંએ તે ગોશ હાથમાંથી ફેંકી દીધું અને પેલા બીચારા ખાટકીને તેની મશકેરીમાં એક ઘરાક ગુમાવવું પડયું. મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુઓ, "સંસારી કરકસર"ને ખાતર જેઓ ભાજી-

પાલાના ખોરાક તરફ ખેંચાય છે તેમની સંખયા સરવેથી વધારેછે. આ બીના હું ખસુસ કરીને તમારા ધ્યાન ઉપર ઠસાવવા માગુંછું કે જે ધણી આઠ દીવસની મુસાફરી તમો પાસ આઠ કલાકમાં કરાવી શકે, જે ધણી હજારો કોશ ઉપર વસતા તમારા મીતરો અને ખેશીઓ સાથ સેહેલાઇથી વાતચીત કરાવી શકે, જે ધણી હજારો માણસો અને ઘોડાઓનું કામ એકાદ યંતરથી બર લાવી આપે તો તે ધણી સાધારણ રીતે માણસ-જાતનું ભલું કરનાર ગણાય છે, તો પછી જેટલી કમાઈમાં તમો એકજ અઠવાડયું વેર તમારાં કુટુંબ સાથ તમારૂં ગુજરાન ચલાવી શકતા હોવો તેટલીજ કમાઇમાં તમો બે અઠવાડયાં વેર સેહેલાઇથી તમારાં કુટુંબનું ગુજરાંન કરી શકો એવી સહેલાઇ બતાવી આપનારૂં ઈનસાન શું માણસ જાતનું ઓછું ભલું કરનાર ગણાઈ શકાય? દરએક માણસને હજારો કોશની મુસાફરી કરવી પડતી નથી, દરએક માણસના ખેશીઓ અને મીતરો દુરદરાજ વસતા નથી કે તેને તેઓ સાથ સંધેશા ચલાવવા પડે. દરએક માણસને હજારો માણસનું બલ ધરાવનાર યંતરોનો ખપ પડતો નથી પણ અદનાથી તે આલા, શું ગરીબ કે તવંગર, શું રાજા કે રખડતા ભીખારીને વટીક પોતાનું પેટ ભરવાની ફરજ પડે છે, અને કુલે માણસજાત ઉપરની એ ખુદરતની મોટામાં મોટી મુશકેલી મટાડવાનો જેબી ધણી ખરો "રોયલ રોડ" શોધી આપે તે કુલે માણસજાત ઉપર આશીરવાદ કરનાર ગણાવો જોઇયે. મારા લોરડ અને જુરીના ગરહસ્થો તથા બાનુઓ, હું તમને આગલ ચાલતાં નામીચી જુબાંનીઓથી બતાવી આપીશ કે કુલે માણસજાતનાં ગુજરાનનો ખરો પાદશાહી રસતો માતર મારૂં કુલજ પુરતી રીતે શીખવી શકેછે. શીખવી શકેછે એમજ નહીં પણ આગલ જણાવેલી જુદી જુદી પરજાઓના કરોડો ઇનસાનોને તે ઉપર અમલ કરવાની ફરજ પડેછે; જે વગર તેમનો દીરંગજ નથી. નાચારીને સર ફરજનાં મારયાં તેવો ભાજીપાલા ઉપરજ જીવેછે તે છતાં પુરતા ખર-તલ તનદરોસત અને મેહેનત મજુરી કરનારા છે.

મારા લોરડ અને ખાસ જુરીના ગરહસ્થો તથા બાનુંઓ, મારાં કુલ તરફ હજારો ઉમેદવારો કીયા કીયા સબબોસર ખેંચાય છે તે હું તમો નામદારોને જણાવી ગયો છું પણ હજી તે બધેના એકાદ બે સબબો બાકી રહયા છે. જે છેલા સબબ તરફ મેં તમારૂં ધ્યાંન ખેંચ્યું છે તે "સંસારી કરકસર" ને લગતો છે. પણ એ કરકસર અગરજો તનદરોસતીને અનુસરતી નહીં હોય તો તે તદ્દન નકામી છે.

વીસ વરસની વાત ઉપર "ડાકટર એદવરડ સ્મીથ" અને "ડાકટર ગાઈ"એ પોતાના હાથ તલેની "ઇસપીટાલ" અને બંદીખાનાને લગતા બોહોલા અનુભવ ઉપરથી પોતાની ખાતરી કરી લીધી હતી કે પુરાતમ જમાનાનો નામીચો કવેસર "હેસીઑદ" જે એમ કહી ગયો છે કે કેટલીકવાર "અરધી ચીજ આખીના કરતાં વધારે હોયછે," તે મારાં કુલના બાબમાં બોલેબોલ ખરૂં પડયું છે. મારા લોરડ અને જુરીનાં ગ્રહસ્થો તથા બાનુઓ, તમુને અજાયબી ઉપજ્યા વગર રેહેશે નહીં કે આખીના કરતાં અરધી ચીજ વધુ કેમ હોય? પણ જ્યારે તમે જાણુશો કે વધુ ખરચના માંસના ખોરાક ઉપર જે જે બંધવાઓ અને "ઈસપીટાલ"ના દરદીઓને રાખ્‌-વામાં આવતા હતા તે કરતા ઓછા ખરચના ભાજીપાલાના ખોરાક ઉપર રાખેલા દરદીઓ અને બંદીવાનો વધારે તંદરોસત જણાતા હતા તયારે તમારી ખાતરી થશે કે ઉપલા સીધાંતમાં નામાકીત "હેસીઑદ" ખોટો નથી. બીજાં કેટલાકો ભાજીપાલા તરફ ખેંચાય છે, તેઓ દેખાદેખીથી આસપાસનાઓને તેમાં ફતેહ પામેલા જોઇ પોતાની ખાતરી કીધા પછી ભાજીખાઉ બની જાયછે. એ વરગમાં તમો ઘણાકોને એવા જોશો કે જેઓ આગલ ભાજીખાઉઓની ઠેકડી બનાવતા હતા, તેમને હસતા હતા, તેમને "વેગરેટ"ના એલકાબથી નવાજતા હતા પણ છેલે ફરજના મારયા તેમને તેજ ખોરાક બાપજી કરવો પડયો છે. જેઓ ફરજના મારેલા ભાજીખાઉ થયા છે તેમની ઉપર ભાજીપાલાની ખોરાકીનો આભાર નાનો સુનો નથી, નહીં સાજાં થઇ શકે એવાં દરદોમાં વરસો સુધી સબડયા પછી, હજારો રૂપયાની ધુલ કીધા પછી, "ગેલનો"ને સુમારે દવા દારૂના ઓગરાં ઢીચયા પછી, તબીઓનાં ખીસાં તર કીધા પછી, હવા ફેરબદલ કરવા ખાતર ગાંમે ગામ અને શેહેરે શેહેર રજળયા પછી જ્યારે કશાંથીજ નહીં વલયું તયારે ખુદરતને પોતાનેજ રસતે ઉતરયાથી રાહાત મલી શકી છે. એવા દરદીઓને મારાં કુલે જે કીંમતી મદદ કીધી છે અને કશાને મચક નહીં આપે એવાં દરદોનું વગર દવાએ જે નીવારણ કીધું છે તેમને લગતી "ઈનદીપેનડનત" મુખજુબાનીઓ તમો સનમુખ રજુ કરવામાં આવશે. એ મુખજુબાની સાંભલયા પછી તમે જોશો, મારા લારડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુંઓ, કે મારાં કુલની તરફેનની ગમે એવી દલીલોથી જેમની ખાતરી થઇ ન હતી, તેઓ ફરજના મારયા દુખ દરદોની વેદના ખમી ખમીને મારાં કુલ તરફ વટલ્યા છે અને તે ઉપરથી "પીટરસબરગ યુનીવરસીટી" નો નામીચો "રેકટર" "બીકશટોફ"

ભાજીપાલાની ખાધ ખોરાકીનું આગલ ચાલતાં ઘણું ફતેહમંદ ભવીશ વરતે છે. આવી રીતનું ભવીશ વરતવાનો સબબ સેહેલથી સમજી શકાય એવો છે. જ્યાં એક માસ ખાનારને ભુખે મરવાની ધાસતી રહે છે. તયાં દશ ભાજીખાઉઓ સેહેલાઇથી પોતાનો ગુજારો ચલાવી શકે છે. દુનયામાં ભાજીખાઉઓની સંખયા ગમે એટલી વધવા દેવી, ભાજીપાલાને લગતો જેટલોબી ખપ નીકલશે તેટલો તે સેહેલાઇથી ઉગાડી શકાશે. હજારો કોસની પડત પડેલી જગાને ખેતીવાડીમાં લીધાથી ચાહશો એટલો અનાજ અને તરતરકારી તમો મેલવી શકશો અને ખપના પ્રમાણમાં પાક પણ વધયાથી તેના દામમાં જરા પણ વધારો થઇ શકનાર નથી. પણ તેથી ઉલટી રીતે માંસ ખાનારાઓના વધારાથી તમો ગોશપંદોની વરધી એટલી સહેલાઇથી કરી શકશો નહી અને તેથી તેના ખપ પરમાણે તેની પેદાશનો વધારો નહીં થઇ શકયાથી તમે તેનો દુકાલ પડતો, મોઘવારો થતી, અને વારંવાર ભાવ ચડી જતો સમજો છો. મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુઓ, અતરેનાં માંસ ખાનારાંઓનાં મોટાં ભાયગ છે કે અતરેની કરોડોની વશતીને તેનાથી દુર રહેવું પડેછે, નહીં તો કે માંસ ખાનારાંઓની મુશકેલી કેટલી હદ વેર વધી જવી જોઇયે તેનો ખયાલ હું તમુને સોંપુંછું. આજે માંસ ખાનારાં કેટલાંક પારસી કુટુંબોને ધંધા ધાપાની અછતને લીધે ગમે એટલી હાય અફસોસ અને કરકસર છતાં પોતાનો ગુજારો ચલાવવો ભારી પડેછે તો પછી જયારે આપણા કરોડો ભાઇબંધો એ નકામા અને વગર અગતના ખોરાકથી અલગા રહેલા છે તેમને જો તેની છુટ હતે તો ઉપલા પારસી કુટુંબોની કેટલી બધી વધુ દુરદશા થતે એ પણ વીચારી લેવાનું તમારૂંજ કામ છે. ખાધ ખોરાકીના બાબમાંજ નહીં પણ બીજી સરવે બાબદોમાં તમે એક કીંમતી નીયમ જોશો કે, જન જનાવરો તરફથી મલતી કોઇબી વસતુનો જેમ જેમ ખપ વધતો જાયછે તેમ તેમ તેની કીંમત મોંઘી થતી જાયછે. કેમકે ખપના પ્રમાણમાં તેની ઉતપંતીમાં વધારો થઇ શકતો નથી પણ તેથી ઉલટી રીતે ઝાડપાનમાંથી મલતી હરકોઇ ચીજનો જેમ જેમ ખપ વધતો જાયછે તેમ તેમ તેની કીંમત સામી ઓસરતી જાયછે, કેમકે ખપના પ્રમાણ કરતાં પણ તેની ઉતપંતીમાં પુશકલ વધારો કરી શકાયછે. અરથ વીધાનો એક નામીચો એક અમેરીકન ઉસતાદ ખુદરતના હેરત ભરેલા નીયમનો શોધક અને ચુસત હીમાયતી છે, એ નીયમની સાબેતીમાં તે જે દાખલા આપે છે તે મધેના થોડાક હું અતરે રજુ કરવાની રજા લઉં

છું. મારા લોરડ અને જુરીના ગ્રહસથો અને બાનુઓ, લખવાનાં "કુવીલ" તો તમે દીઠાં હશે અને વાપડતા પણ હશો. હવે એ જનાવર તરફથી મલતી પેદાશ છે; જયાં સુધી લખવા વાંચવાનું થોડાઓજ માટે હતું તયાં સુધી એ "કુવીલો" લેખણનું એક પુરં મુખય સાંધન ગણાતું હતું. હું જે બોલુંછું તે સુધરેલાં "યુરોપને" માટેજ છે. જેમ જેમ વીદયાનો વધારો થતો ગયો અને સેંકડોને બદલે હજારો અને લખો માણસોને લખવા વાંચવાની અગત પડી તેમ તેમ "કુવીલ" નો ખપ વધવા લાગો, પણ શું તેથી તેની પેદાશ પણ વધી શકી હશે? નહીં, બીલકુલ નહીં. તરત ખુદરતની આઇતી ખનીજ બક્ષેસ તરફ માણસનું ધયાંન દોડયું તેણે લોખંડ તરફ પોતાની નજર દોડાવી અને લખો "ઇશતીલપેને" "કુવીલ" ની જગા લીધી. "ઈશતીલપેન" માંગશો એટલી મલી શકશે અને તેથી તેં સસતી પણ મલી શકશે. આજે દુનયામાંથી "ઈશતીલપેન" ની હસતી નાબુદ કરો અને જો રૂપયાનું એકબી "કુવીલ" તમને મલી શકે તો મોટાં ભાયગ સમજવાં. એજ પ્રમાણે આગલ ચાંમડાં ઉપર લખાણ કરવામાં આવતાં હતાં, આજે કાગજે તેની જગા લીધીછે તે કાગજને રદ કરો, અને પછી તમારા હીસાબ કેતાબ માટે એટલા કરોડ બકરાં મેંઢાંનાં ચામડાં તમો કયાંથી મેલવી શકશો? એજ પરમાણે જનાવરનાં શીંગડાની જગા લાંકડાંએ લીધીછે. ઉન, રેસમ, અને પક્ષીઓના પીંછાં ચોકસ હદસરજ મલી શકેછે અને તેથી તેઓ મોઘાંછે અને તેમની જગા રૂ, સણુ, કાગજ ઇતયાદી સસતામાં સારે છે. "ગટાપરચા" અને "ઇનડયા રબર" જે ઝાડપાનની પેદાશ છે તે રફતે રફતે જનાવરોનાં ચામડાંની ગરજ સારેછે. "ગેસ અને ઇલેકટરીક લાઈટે" જનાવરની ચરબી અને મીનબતીનો ઉગાલો કીધો છે. વલી જયાં જયાં જનાવરોથી મદદ મલી હતી તે સઘલી મદદો માટે જનાવરોની સંખયા પુરતી નહી હોવાથી તથા તેમને માટેનો ખરચ વધુ ગંજાવર હોવાથી તેમની ગરજ સારવા ખાતર વરાલ યંતર, વીજલી, ગેસ, પવન, પાણી, ભરતી, અને સુરજનાં કીરણોની ખુદરતી મદદ લેવામાં આવેછે. સવારીનો શોખ પણ માણસમાં એટલો બધો વધતો જાયછ કે બધાનેજ ઘોડા મેલવવા પાલવી શકે નહી એટલા ખાતર તેમની જગા લેવાને "બાઇસીકલ" અને "ત્રાઇસીકલો" નીકલીછે. માખણ જે જનાવરનાં દુધમાંથી મલતી પેદાસ છે તે પણ તેના ખપ પરમાણે પુરતુ નહી મલી શકયાથી મોઘુ પડેછે અને તેને બદલે તરેહવાર ફલફલાદીની જેલીઓ અને તેલો વાપડ-

વામાં આવેછે. આવી રીતે તમે જોશો તો જણાશે કે જેવી સેહેલાઈથી ખણીજ પદારથો અને ઝાડપાનને લગતી વસતુઓની પેદાશ તેના ખપ પરમાણે વધારી શકાશે તેવી રીતે જન જનાવરોમાંથી મલતી વસતુઓ પેદાશમાં વધી શકતી નથી અને તેથી તે ખપના વધારા સાથ મોંઘી થતી જાયછે. અરથ વીદયાનો આ નીયમ મારાં કુલની ખરી ખુબીનો ખયાલ બેસાડવા ખાતર મોટામાં મોટી મદદ કરેછે અને એ મદદ આગલી સઘલી બીજી મદદો સાથ તમો નામદારોને બતાવી આપવા ખાતર ઇંગલંડમાં એક વગવાલી સભા ઘણાંક વરસો થયાં ઉભી થઈછે. તે તે સભા ભાશણોથી, તકરારોથી, જાહેર લખાંણોથી, વરતમાન પતરો, ચોપડીઓ, ચોપાનીયાંઓ અને નાહનાં હેંડબીલોના બોહોલા ફેલાવાથી, તેમજ ખાસ ભાજીપાલાને લગતી "રાંધણશાલાઓ" ઉઘાડી તયાં વીદયારથીઓને ભાજીપાલાની ભાતભાતની ખાધ ખોરાકી પકાવવાનાં પાઠ આપીને મારા કુલ તરફ હજારો ઇનસાનોનું ધયાંન ખેંચેછે. મારા કુલની હીમાયતમાં ઉભી થયલી ઉપલી મંડલી એટલુંજ કરીને બેસી રેહેતી નથી. તે ફલ ફલાદીની ખેતીવાડી કેહેવી રીતે સુધારી શકાય તેને માટે જોસતેજે કરી પુશકલ અજવાલું નાખેછે. તે "રોટી" નો નામે વપડાતી માણસ જાતના ખોરાકની દરરોજની સાધારણ વસતુને સંપુરણ રીતે પુંશટીકારક બનાવવાને પુશકલ યતન કરેછે. નામ તયારે "રોટી," પણ "રોટી રોટી" ની બનાવટમાં મોટો ફરક હોયછે અને મારા લારડ તથા જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુઓ, જે સુરીઆંની સફેદ "રોટી" દર રોજ તમે પાંઉને નામે વાપડોછો તેને શુરીઆનુ બનાવા જતાં તે મધેનો ખરો પુશટીકારક ભાગ કાહેડી નાખવામાં આવેછે અને તમો મોટી કીમતના તે પાંઉમાંથી તેના કરતા અરધી કીમતના "બરાઉન લોફ" ને અરધે હીસેતું પણ કઉવત મેલવી શકતા નથી. એવી કીસમનું ખાધ ખોરાકીને લગતું ખરૂં અગતનું ગ્નાન સાધારણ લોકોમાં ફેલાવાનો ઉપલી મંડલીનો શુભ હેતુ છે. પણ એ હેતુ શું કોઈબી રીતે આપસવારથી હશે? મારા લારડ અને જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુંઓ, આપણા કેટલાક જાહેર લખનારાઓ કોઈબી જાહેર કામકાજની તપાસ લેતાં તે કામકાજને લગતા આગેવાનોના ખાનગી હેતુ ઉપર ઉતરી પડવાને શરમાતા યા લજવાતા નથી. હું તેઓને "ચેલનજ" કરૂં છું કે મારાં કુલની હીમાયતે ઇંગલંડમાં જે "વેજીટરીયન સોસાયટી" ઉભી થઇછે અને જેનાં સંબંધમાં આખા "યુરોપ" માંજ નહી પણ

છેક દુર દરાજના "અમેરીકા" દેશ ખાતે જે પરમારથી વીદવાનો અને કાબેલ વઈદો રાત દીવસની અથાગ મેહેનત કરેછે તેઓ મધેના એકાદ બેને માટે મણ કોઇબી કીસમનો આપસંવારથી હેતુ સાબેત કરી આપે. જેઓ પોતે માસ ખાનારી—સેંહેકડો વરસો થયાં માસ ખાતી આવેલી—ઓલાદને પેટે અવતરેલા, જેઓ પોતે બાપદાદે માંસ ખાતા આવેલા, તેઓ પોતે હીંદુસથાન જે બાપદાદે ભાજીખાઉઓના દેશ તરીકે જમાના ઓ થયા પ્રસીધતા પાંમેલો તેજ દેશને આજે શીખાડવાને બાહેર પડયા છે કે જીંદગીનાં નીભાવ અરથે "બરાંડી" અને "માસનો ખોરાક" કોઇબી રીતે જરૂરનો નથી એ શું થોડી અજાયબીની બીના છે? મારા લારડ તથા જુરીના ગ્રહસથો તથા બાનુંઓ, મારૂં આ ભાશાંણ જેટલુંબી લંબાવા માગું એટલું લંબાઇ શકાય એમ છે પણ તમારા કીમતી વખત તરફ જે હું માન ધરાઉછું તેટલા ખાતર માતર એકજ નવાઈ સરખો દાખલો તમારી સનમુખ ધરી હું આ ભાશાંણ સમાપત કરીશ. લનડન ખાતેનાં "ધી ટાઇમસ" નામનાં પેહેલા વરગનાં ઈંગરેજી છાપાનું નામ તો તમે સાંભલયું હશે. તે છાપાના "કલકતા" ખાતેના એક પુરા પણ "લબાડ", અખબારનવેશ તરફથી દર અઠવાડીએ એક તરફી અને બનાવટ ભરેલા જે સંધેશાઓ તે પતર ઉપર મોકલવામાં આવે છે તે પણ તમને રોશન હશે. વલી એ લબાડ અખબારનવેશને ખોટો પાડવા ખાતર અતરે આપણા ખેરખાહ "પરોફેસર વરદઝવરથ"ની આગેવાની હેઠલ જે શુભ પગલું લેવામાં આવયુંછે તે માટે પણ તમોએ સાંભલયું હશે, પણ જયારે એ પગલાં માટેની ખબર પેહેલ વેહેલી ઇંગલંડ જઇ લાગી તયારે તયાંના "પેલમેલ ગેજેટ" નામનાં પેહેલા દરજાનાં બીજાં એક આબરૂદાર પતરે તે માટે પોતાની પસંદગી જણાવા ઉપરાંત એક ખરા સાચા ઇંગિરેજ બચાનાં પરમાંણીકપણાથી શરમ સાથ નીચું જોઇ કબુલ કીધું હતું કે "એ ફરજ આપણે (એટલે ઇગલંડના છાપાવાલાએ) બજાવવી જોઈએ અને નહી કે હીંદુસતાને." આવી રીતે મને પોતાને ભારે શરમીંદગી સાથ નીચું જોઇ કબુલ કરવું પડેછે કે "બકરાખાઉ, ગાયખાઉ, અને ડુકરખાઉ યુરોપ તરફથી ભાજીપાલાની ખાધ ખોરાકીની જે હીમાયત—બલકે જે જંગ—આપણા દેશમાં મોકલવામાં આવ્યુંછે તેને બદલે તેમના મુલકોમાં અતરેના હીંદુઓ તરફથી તે જંગ જમાનાઓ આગમજનું દાખલ થવું જોઇતું હતું. પણ જુરીના ગરહસથો તથા બાનુંઓ, ઢોળાઈ ગયલાં દુધ ઉપર રડવાનું વાજબી નથી. વીદયામાં

હીંદી એલમ રફતે રફતે ગુમ થતો આવયોછે અને તેથી જે શુભ રેવાજને વરસો થયાં આપણા હીંદી ભાઇઓ પાલતા આવયાછે તેની અંદર્‌માનેની સઘલી ખુબીઓ પીછાનયા વગર માતર તેઓ તેને ધરમનેજ બાહને વલગી રહયાછે. પણ હવે તેઓ જોશે કે જમાનાઓની વાતપર તેમના દાનાવ ઉસતાદોએ જે ફરમાવ્યુંછે તેની ખુબી આજે યુરોપીયન ઉસતાદો પણ સવીકારેછે અને એટલું જાણીયા પછી મને ઉમેદછે કે, મારા લારડ તથા જુરીના ગરહસથો તથા બાનુઓ, યુરોપીઅન સુધારાને બહાને નાહેકનાં "માંસ મદીરા" તરફ તણાતા અટકી તેઓ જમાના સુધી નીભાવી રાખેલી દેહેને ખરાબ થવા દેશે નહી.

ભાજીપાલાની ખાધ ખોરાકીને અનુસંરતા ચોવીસ સબબો.

ભાજીખાઉ બેરીસટરનું ભાશાણ ખલાશ થતાં તેણે પેહેલ વેહેલી જુબાની તરીકે ઇંગલંડની "વેજીટેરીયન સોસાયટી" તરફથી છપાયલા, નીચલા ચોવીસ સંબબો પોતાના કુલની હીમાયતે રજુ કીધાછે:—

૧. ભાજીખાઉઓની પોતાની જુબાનીઓથી જાણીતું છે કે તેઓ માસ ખાનારાઓ સાથ સરખાવતાં દુખ દરદોના ગલબાથી વધારે બંચી શકેછે. જેઓએ ભાજીપાલાના ખોરાક ઉપર રહેવા માંડયુંછે તેઓ સારાં ભાયગે એક પણ દીવસની માંદગી વગર લાંબી જીંદગી ગુજારી શકયા છે. ઇગલંડ અને અમેરીકા ખાતે પુશકલ જોસતેજો કીધાથી જણાયુંછે કે તે તરફના ભાજીખાઉઓમાંથી એક જણની ઉપર પણ કોલેરાના દુશટ મરજે ગલબો કીધો નથી. પરદુખભંજનીક "હાવરડ" ગલીચીથી ભરેલી જેલો, નજીસ તુંરંગો, અને બદી તથા ફુવડાઇના ઉકરડા સરખાં બંધીખાનાઓમાં માણસ જાતના ભલાં અરથે ભટકતો હતો, તયારે તેનો ખોરાક માતર ભાજીપાલાનોજ હતો અને તેથી તેને કોઈપણ જાતની ઝેરી તાવ અને ઉડતા મરજો લાગુ પડી શકતા ન હતા, અને જયાં ખુદ બંદીખાનાના નોકરો દાખલ થવાને ડરતા હતા તયાં એ ભલો મરદ બેધડક જઈ શકતો અને તોપણ તેને કશી અલવલ આવતી નહી હતી. માહા ભાયગે એકવાર લાંબા વખતનાં અપવાસ પછી અને બેહદ થાકેલી હાલતમાં

તેણે હવા ખાધી અને તેથીજ જીવલેણ તાવનો તે ભોગ થઇ પડયો હતો. આ એક સાધારણ અનુભવની બીના છે કે ભાજીખાઉઓના કરતાં માસ ખાઉ વધારે દરદી હોયછે.

૨. "સપારટનો" જેઓ દુનીયાના સરવે પરાંણીઓમાં શરીરના મજબુત બાંધામાં, અંગબલ અને કઉવતમાં, અને ગમે એટલી મુશકેલી ખમી શકવાની શકતીમાં ચઢીયાતા હતા અને તેમની બરોબરી કોઇબી પરજાથી થઇ શકતી નહી હતી તેઓ સરવે ભાજીખાઉ હતા, અને તેજ પરમાણે "યુનાંની" અને "રોમન" લશકરો જે જંગ મચાવી માંહા ભારત ફતેહ મેલવતા તે વેલાએ તેમને ભાજીપાલાના ખોરાક ઉપરજ રેહેવું પડતું. કુદરતના એ સાદા ખોરાકથી જેમ જેમ તેઓ દુર થતા ગયા તેમ તેમની મોટાઇ પણ પડી ભાગવા લાગી. વલી "યુનાન" દેશની અંગબલની કસરતોના જાહેર અખાડાઓમાં જેઓથી માણસના શરીરનાં કઉવતને લગતા અનેક ચમતકારો કરી બતાવામાં આવતા હતા તેઓ સરવેને ભાજીપાલા ઉપરજ રેહેવું પડતું હતું. પણ જયારથી તેઓએ માસનો ખોરાક લબે કરવા માંડયો તયારથી તે પીલતન સરખા પેહેલવાંનો આલસુ અને અડગરા સરખા બનવા લાગ્યા. (જુવો "રોલીનસ એનશીઅનત હીસટરી"નો દીબાચો, અને "વેજીટેરીયન મેસેનજર" વાલમ પેહેલું, પાનું ૨૫ મું.)

૩. ઘણાક નામીચા વીદવાનો જેઓએ પોતાની ઉતમ મનશકતીથી માણસજાતને માટે જ્ઞાનના નવા મારગો શોધી કાહાડયા છે તેઓએ પોતાની ખાનગી રીતે ખાતરી કીધા પછી ભાજીપાલાનો ખોરાક પોતાના સબંધમાં ચાલુ કીધો છે. જેઓની અંદર પીથાગોરસ, પલેટો, પલુટારક, દાયોજીનીસ, ઝેનો, સેંટ કરીસોસટમ અને સેંટ જેમસ વગેરેના નામો પણ માનવામાં આવેછે. રોમ શહેરના સરસમાં સરસ ફીલસુફો ભાજીખાઉ હતા. "સીનેકા" એ પોતે કેટલોક વખતવેર એજ સાદો ખોરાક ચાલુ કીધો હતો. "અનદાજા" અથવા "પરેહજી" ઉપર નીબંધ લખનાર વીદવાંન "પોરફીરી" નો ખોરાક ભાજીપાલાનો હતો. જોન વેસલી, બેનજામીન ફરેંકલીન, ઇમેનયુલ સવીદનબોરગ, જોન હાવરડ, સર રીચરડ ફીલીપસ, શેલી; વરડઝવરથ, અને આલફોનસ ડ લેમરટાઇન સરખા ફીલસુફો, કવેસરો, રાજયધીકારીઓ અને મહાન પુરશો ભાજીપાલાના કુદરતી ખોરાક તરફ ખેંચાયા હતા. (અતરે મારે જણાવવું જોઇએ કે

ઉપલાં નામો ગુજરાતી વાંચનારાઓને જાણીતાં નહીં હોવાથી તેઓ ઉપર જોઇતી અસર થશે નહી. પણ તેમની ટુકમાં વટીક પીછાંન આપિયાથી ઘણું લંબાન થઈ જાય એવી બીહીકથી તેમના નામ જણાવીનેજ મારે સંતોશ પકડવો પડેછે તોપણ કેળવણી પામેલા વાંચનારાઓ એ નાંમોથી પુરતા વાકેફ હોવા જોઇએ. તેઓ જોઈ લેશે કે ભાજીપાલાની હીમાયતે કેવાં નામીચાં ગોહેરો બીરાજે છે.)

૪. જેઓ ભાજીપાલા સાથ માસનો ખોરાક લે છે તેઓ કરતાં માતર ભાજીપાલા ઉપરજ જીવનારી પરજાઓ વધારે ગીવટ અને મજબુત બાંધા, વધારે કઉવત, વધારે સહનશકતી અને અંગબલથી થતાં વધારે મુશકેલ કાંમો કરી શકે છે. "પરોફેસર ફોરબસે" માસ ખાનાર ઈંગરેજો, હરીસો ખાનારા સકોચમેનો, અને પટેટા તથા રોટી ખાનારા આઇરીશ મેનો વચે મુકાબલો કરી જોયાથી તેને માલમ પડયું કે શરીરની ઉંચાઇ, વજન અને કઉવતમાં સકોચમેનો ઈંગરેજો કરતાં ચહડેછે અને આઈરીશો ઉપલા બેઉને એક કોરે બેસાડેછે. (જુઓ "ચેમબરસ ઇનફરમેશન ફોર ધી પીપલ" માં "ફીઝીકલ હીસતરી ઓફ મેન") "લેપલેનડરો માસનો ખોરાક લે છે અને તેથી તેમના શરીરના બાંધા ઠીગણા થમબુસ જણાયછે; પણ તેમનાજ સરખી આબો હવામાં વસનારા "ફીન" લોકો ઘણુકરીને ખેતીની પેદાશ ઉપર જીવેછે અને તેઓ "સવીડન" અને "નોરવે"ના રેહેવાસીઓના સરખા રાથોર બાંધાના છે. આ ફરક "ડાકટર લેમબ"ના જણાવવા પરમાણે ઘણુંકરીને તેમની ઉપર મુજબની ખાધખોરાકીના તફાવતને લીધેજ છે. (વધારે હકીકત માટે જુઓ "સમીથ"નો માણસ ને લાયક ખોરાક "ફરૂટસ અને ફેરીનેશીઆ" નામનો નીબંધ.)

૫. ભાજીપાલાનો ખોરાક "માનવીના આકાશી સવરૂપ"ને વધારે ખુબસુરતી અને જુવાંનીનું રૂપ આપે છે. "પરજાઓની દોલત"નો નામીચો કરતા "એડમ સમીથ" કહેછે કે ગરેટબરીટનના સઘલા શેહેરોની અબલાઓમાં સરવેથી વધુ ખુબસુરત અબલાઓ આયરલાંડ ખાતેના મુફલેસ વરગની બાનુઓ છે કે જેઓ માતર "પટેટા" ઉપર જીવેછે ખરીસતીઓના ધરમ પુસતકમાં જણાવેછે કે દાનીયલ અને તેના સાથીઓ જેઓ દાલ ખાતા અને પાણી પીતા, તેઓ સરવે માસખાનારાઓ કરતાં વધારે ખુબસુરત અને માતેલા હતા. જેઓ માસનો ખોરાક લેતા નથી

અને બીજી બધી વાતે અનદાજાથી ચાલે છે તેઓ લાંબી ઉમર ગુજારી શકયા છે એ ઘણાકોના અનુભવની બીના છે. તેથી ઉલટી રીતે માસ ઉપર મઝા મારનારાઓ કદાચજ લાંબી ઉમર ભોગવી શકેછે.

૬. એક નીરદોશ પરાંણીને તેની જીંદગીની અજલ લાવવા ખાતર જયારે કોઇ કસાઇ કાતેલ ફટકો લગાવેછે તે જોઇ જેનામાં માણસપણુ હોય છે તે કમકમીયા વગર રેહેતું નથી, એવો દેખાવ નેક મરદ ઓરતોની લાગણી ઉપર બલાતકાર સરખો થઇ પડેછે. માણસ જે ખુદરતી બુધીથીજ ખુનામરકી તરફ કમકમાટ બતાવે છે તેજ માણસના દરરોજના ખોરાક માટે ખોદાતાલાએ ખુના મરકીથીજ મલતા માસનેજ નેમેલુ હોય એ તે દાદગર દાવરનાં, અનહદ ડહાપણને વગર અનુસરતું, સાધારણ અકલથી ઉલટું, અને તદન નહી માનવા જોગ છે.

૭. માણસને પરસેવો પડેછે, તેમજ ભાજીપાલો અને ઘાસ ખાનારા પરાણીઓને પણ પરસેવો પડેછે. પણ ફાડીખાનારા માસખાઉ જાનવરો પરસેવાથી અનજાણછે. માણસ મોહોમાં લીધેલો ખોરાક ચાવીને ખાયછે. તેમજ ઘાસખાનારા પરાંણીઓને પણ માણસના સરખા વગોલવાના દાંતો છે. પણ માસ ખાનારા જનાવરો આગલા દાંતે જે શેકાર હાથ લાગેછે તે કરડીને ગલી જાયછે, તેમનામાં ચાવીને ખાવાના દાંતોની હસતીજ નથી. માણસ પ્રવાહી વસતુઓ પીએછે, તેજ પરમાણે ઘાસ ખાનારાં પરાંણીઓ પણ મુખવાટે પીએ છે પણ માસ ખાનાર જનાવરો જીભ વાટે પાણી ચુશી લીયેછે. ભાજીપાલો ખાનારાં પરાંણીઓની મીસાલ ખોરાક હજમ કરનારો રસ માણસનાં મુખમાં લબના આકારમાં પુશકલ ઉતપન થાયછે પણ વીકરાલ ફાડી ખાનારાં જનાવરોમાં તે સેહેજજ જણાયછે.

૮. ઘણા નામીચા ખુદરતી વીદયાના ઉસતાદો, જેવા કે લીનીયસ, દોબેનટન, ગેસેનદી, સર ઇવરારડ હોમ, બેરન કુવીઅર, ઝાડપાનની વીદ-યાનો ઉસતાદ રે, પરોફેસર લોરેનસ, લોરડ મોનબોદો, મી૰ થોમસ બેલ અને બીજાઓની પુરેપુરી ખાતરજમા થઇ છે કે માણસના દાંતો, હોજરીના મુખ્ય આંતરડાં અને આખાં શરીરની બાહેરની તથા અંદરની રચના ઉપરથી ખોલી રીતે પુરવાર થાયછે કે માણસોને ફલફલાદી, અનાજ, અને ભાજીપાલાનોજ ખોરાક બધી રીતે માફક આવતો છે.

૯. ઘણા નામીચા રશાયન શાસ્ત્રી જેવા કે લીબીંગ, બોસીનગોલટ અને બીજાઓ સાબેત કરી આપેછે કે જનાવરના માસના ખોરાકમાં જે ચીજો આપણે આંગમાં પચાવીએ છીયે તે ચીજો તેજ જનાવરોએ પોતાના પોશણ માટે વાપડેલો ભાજીપાલાનો ખોરાક છે. એ ઉપરથી જણાયછે કે માસના ખોરાકમાં આડકતરી રીતે ભાજીપાલાનોજ ખોરાક મલી શકેછે પણ તે પુરતા જથામાં મલી શકતો નથી (જુવો લીબીંગની "ફેમાલીઅર લેટ્રસ ઓન કેમીસટરી.")

૧૦. માસના ખોરાકમાં સેંકડે ૩૮ ટકા પુશટ્રીકારક નકર ખોરાકના હોયછે અને બાકીના ૬૪ ટકા જેટલો ભાગ પાણીનો હોયછે, પણ ભાજી-પાલાની ઘણીક વસતુઓ એવી હોય છે કે જેઓ પુશટીકારક નકર ખોરાકના ૮૦ થી ૯૦ ટકા જેટલું કઉવત ધરાવે છે. વલી માણસના શરીરની એક સરખી ગરમી સાચવવા ખાતર "કારબન"ના પુરતા જથા સાથનો ખોરાક લેવો જોઇયે તે ધયાનમાં રાખતાં જણાય છે કે એ વસતુ ભાજીપાલા કરતાં ખાટકીને તયાંના માંસમાંથી થોડીજ મલી શકેછે, પણ ભાજીપાલાને લગતી સઘલી જણસો જે શરીરમાં માસનો વધારો કરનારી શકતી ધરાવે છે, તેજ શરીરને જોઇતી ગરમી આપનારી ખુબી પણ વધુ જથામાં ધરા-વેછે, અને તે ઉપરાંત હાડકાંને કઉવત અને પુશટી આપનારા ખારો પણ પુરા પાડી શકેછે. આ ઉપરથી જણાયછે કે આડકતરી રીતે માસના ખોરાકમાંથી ભાજીપાલાના ગુણો મેલવવાને બદલે સીધી રીતે ભાજીપાલાનાજ ખોરાક ઉપર રહયાથી માણુસ દેખઇતો લાભ મેલવી શકેછે.

૧૧. એલેકઝાનડર સેંટ મારટીન નામનો એક શખસ એક વેલાએ બંદુકની ગોલીથી જખમી થયો હતો તે ગોલી તેના પેટાખાનામાં પેવસ થયાથી પેટમાં એવી રીતનું આંધરૂં પડયું હતું કે જે વાટે હોજરીની સઘલી હીલચાલ બાહેરથી જોવાઇ શકાતી હતી. "ડાકટર બોમોનટે" આ બાકોરાંમાંથી માણુસનો ખોરાક હજમ કરનારા કીમતી યંત્રની તપાસ લેવા માંડી અને તે ઉપરથી તે પુરવાર કરી શકયો છે કે જેમ સખત દારૂ પીધાથી હોજરીની આસપાસની સપાટી ઉશકેરાઇ જઇ તપી આવેછે તેવીજ અસર તેના ઉપર માંસના ખોરાકથી થતી હતી એ વીશે તેની એટલી બધી તો ખાતરી થઈ હતી કે "ડાકટર બોમોનટ" જયારેબી માસના ખોરાક માટે બોલેછે તયારે તેને "બાલી નાખનારો અને ઉશકેરનારો" જણાવેછે.

૧૨. ખુદરતનો મોટામાં મોટો અને ઉતમમાં ઉતમ નીયમ કરકસરનો છે અને એ નીયમને અનુસરતો ભાજીપાલાનો ખોરાક તેટલાજ જથાના માસ્રના ખોરાક સાથ સરખાવતાં સેંકડે ચારસોથી પાંનસો ટન જેટલો સસતો પડેછે. એજ બીના બતાવી આપે છે કે માસના ખોરાક સરખી ઉતરતી વસ્તુ માટે મોટા ખરચમાં પડવું તે ખુદરતના નીયમથી ઉલટું, શીલસુરીથી ઉલટું અને માણસ જાતનાં દુનયાઇ વેહેવારનાં ધોરણથી પણ ઉલટુંજ છે.

૧૩. જે પ્રાણીઓને માણુસના ખોરાક અરથે જબે કરવામાં આવે છે તેઓ મધેનો મોટો ભાગ—કેટલાંકોતો દર વીસ જનાવરોમાં ઓગનીસની ગંણુતરી આપેછે કે—તેઓ દરદી હોયછે. આ દરદ તેમને કાપવા ખાતર ફરબે બનાવા માજ્હલ ખુદરતી મારગ તજી હુનરથી ઉછેરવામાં આવેછે તે ઉપરથીજ લાગુ પડેછે.

૧૪. ખોદાતાલાએ જે વીકરાલ ફાડી ખાનારાં જનાવરો માટે માસનો ખોરાક નેમેલો છે તે જનાવરો દીસના ઉંઘેછે અને રાત રાતનાજ પોતાના ખોરાકની શોધમાં નીકલેછે, પણ માણસની ખુદરતી બુધીજ તેને શીખવે છે કે તેને માટે રાત આસાએસની નીંદ માટે છે અને દીસનાંજ તેને ધંધો ધાપો કરી પેટ ભરવાનું છે.

૧૫. જે ભારબરદાર ઉપયોગી જનાવરો માણુસ જાતની નોકરી ખાતર ભારે બોજો ઉપાડી શકેછે અને તડાકાબંધ તેને સેંકડો ગાઉની મંજલે પોહોંચાડી શકેછે તેઓ પોતાનાં આંગતું સઘલું કઉવત અને પુશટી માતર ભાજીપાલામાંથીજ મેલવી શકેછે. શું ઘોડાઓને "મટન ચાપ" જોઇયે છે? શું ઉંટોને "રોસટ બીફ" નો ખપ પડે છે? શું પાહડ સરખા હાથીને ઈંગરેજી "પોરક" ની હાજત પડેછે? ના, ના, તેઓ સરવે પોતાની દરરોજની હાજત માટે ભાજીપાલાનેજ આભારી છે.

૧૬. માંસ ઉપર જીવનારાં જનાવરોની ખાસયત જંગલી, વીકરાલ, અને દેહેશત ઉપજાવનારી હોયછે, ભાજીપાલા ઉપર જીવનારાં પરાંણીઓ નરમ, ગરીબ અને પાલી શકાય એવા હોયછે, વીકરાલ ખાસયતનાં જંગલી જનાવરોને વટીક દુધ, રોટી અને અનાજ ઉપર રાખ્યાથી તેમનું ઝનુન અને જંગલીપણું નાબુદ થાય છે. જેમકે કુતરાંઓ અને

ખીલાંડાંઓ સહેલથી પાલી શકાયછે. પણ તેથી ઉલટી રીતે મેંઢાં જેવાં ગરીબ પરાંણીને માંસના ખોરાકની આદત પાડયાથી તે પણ બીકરાલ અને ધાસતી ભરેલાં થઇ પડેછે.

૧૭. ભાજીપાલાનો ખોરાક માણુસના શરીરના બાંધાને મજબુતી આપયા ઉપરાંત તેની નીતી સંબંધી ચાલચલણમાં પણ સુધારો કરેછે. અને તેજ પરમાણે તેની મનશકતીની ખીલવણીમાં મોટી મદદ આપેછે. આટલું તો સવભાવીકછે કે શરીરના સાંધાઓ અને અવયવો સવચ્છ અંને સુરીઆનાં કીધાથી તેમના કામકાજ પણ તેવાંજ સવચ્છ અને સુફયાનાં નીવડી શકેછે.

૧૮. કહેવાતી સુધરેલી દુનયાના માસ ખાનારા ઇનસાનોની એ માઠી આદતે માણસજાતના એક મોટા વરગને જુદો પાડયોછે જેનું મુખય કામકાજ નીચ, હેવાનયત ભરેલું અને માણસના નામને હીણુ લગાડનાર કસાઇપણું ચલાવવામાં આવી રહેછે.

૧૯. માસ ખાનારાઓના શરીરની હાલત તપાસતાં જણાયલું છે કે તેમના શરીર મધેનું લોહી બગડેલું અને ગદલું થઇ ગયલું હોયછે, અને એવાં બીગડેલાં ગદલાં લોહીવાંલાં માણસો સેહેજ પવન, શરદી ઇતયાદી હવાના ફેરફારથી તુરત ધાસતી ભરેલાં દરદોને વશ થઇ પડેછે. આવી હાલત માસના ખોરાકથીજ થાયછે તેની મુખય સાબેતી એ છે કે તે તજી દેઇ તુરત ભાજીપાલાના ખોરાકનો ફેરફાર કીધાથી તબીએત સુધરવા માંડેછે.

૨૦. ખરીસતી ધરમ પરમાણે ખોદાએ માણસને જયારે પેહેલવેહેલું પેદા કીધું તે વેલાની તેની પવીતર અને અસલ હાલતમાં તેને પેદા કરનાર સરવે શકતીવાન સાહેબ તરફથી જે ફરમાન મલયું હતું તે આ પરમાણે હતું:—"જુઓ મેં તમને બીયાં પેદા કરનારા દરએક જાતના પાલાઓ આપ્યા છે તે પાલાઓ દુનયાની તમામ સપાટી ઊપર થ રાયલા છે, અને દરએક ઝાડ ઉપર વરધી કરનારા બીયાં સાથના ફલો પેદા થશે" આ પવીતર હોકમ પછી આજની ઘડી સુધીમાં, માણસ જાતના શરીરના બાંધામાં કશો પણ ફેરફાર થયલો કોઈ પણ ધરમ પુસતકથી તેમજ વીદયા હુનરની બીજી કોઈબી સતાથી પુરવાર થયો નથી

૨૧. જો કે ખ્રીસતીઓને માસનો ખોરાક લેવાની પાછલથી આકાશી પરવાંનગી મલી હતી, પણ તેમ તો તમને તેવીજ આકાશી પરવાંનગીઓ એકથી વધુ બાયડીઓ કરવાની ઈતયાદી કફોડી રીતીઓ માટે પણ મલી હતી, પણ પાછલથી તેમને અનુસરતી સજા પણ પુરી પાડવામાં આવી છે. આપણે વાંચીએ છીયે કે જયારે ઇઝરાયલના બાલકોએ મુસા પાસે માસનો ખોરાક માંગયો તયારે તે બાલકો ઉપર સરવે શકતીવાન પીતા કરોધાયમાન થયો હતો. જુઓ, એક ઠેકાણે લખે છે કે "હજી તો માસ તેમનાં દાંતોની વચે હતું, હજી તો ચાવયું પણ નં હતું, તેટલામાં કીરતારનો ગુસો લોકો સામે સલગયો અને તેણે લોકોને એક મોટી મરકીથી સજા કીધી."

૨૨. "ઓલડ ટેસટેમેનટ" માં ગોસતના ખોરાકને ખરાબમાં ખરાબ ધીકાર ભરેલી ચીજ જણાવી છે અને જયારે ભવીશની કબુલાતવાલા મુકાંમની તારીફ કરવામાં આવેછે તયારે તેને માટે એમ કેહવામાં આવે છે કે તે દરાખ, અનજીર અને દાડમની પેદાસવાલું છે અને તે મધ તથા દુધથી ઉભાઇ જાય છે.

૨૩. ખરીસતી ધરમનાં પવીતર પુસતકમાં ખોલી રીતે જણાવેલું છે કે સ્રુષ્ટીની સરવે ચીજો સુધરતી અને આગલ વધતી જાય છે અને એ વધારામાં જન જનાવરો પણ ભાગ લેતાં જણાવામાં આવયાં છે. એ વધારાનો તાતપર્ય એ છે કે શમશેરો ખેતીવાડીના હલમાં બદલાઈ જશે અને ભાલાઓ ભાત કાપનારાં ઓજારો બની જશે—માણસને લડાઇ અને કાપાકાપીની ગરજ રેહેશે નહીં. વીકરાલ જનાવરો પણ પોતાનું વીકરાલપણું અને માસ ખાવાની આદત તજી દેશે. સીંહ ઘાસ ખાવા માંડશે અને તેની સાથ ઘેટાનું બચું હલી મલીને રેહેશે. તમામ કુદરત સુલેહ ભરેલી અને શાંત બનશે. "મારા સઘલા પવીતર પરંવત ઉપર કોઇ કોઇનો નાશ યા ઈજા• કરી શકશે નહીં." ટંટા ફીસાદની જગા સલાહ સંપજથી લેવાશે. ઉચે દરજજેની આકાશી જીંદગીને પોંહોંચી વલાશે. જે જનાવરોની માસ ખાનારી ઇછાઓને માફક આવી શકશે નહી—માણસની હાલત એથી પણ વધુ ચઢયાતી થશે—જયારે પરૂથવી ઉપર સુલેહ અને ભલાઈ રાજ ચલાવશે.

૨૪. જે બદીઓ મુખય કરીને માતબરો ઊપર વધુ ગલબો કરેછે તે બદીઓ સાંમે ભાજીપાલાની ખાધ ખોરાકી "પરોટેસંટ" ઉઠાવેછે એ બદીઓ મોજમજાહ, બેઅંદાજે, અને અનીતીને લાગતી છે. નીરદોશ પરાંણીઓની પીડાકારી અને હેરાંનગતીમાં મોજ મારવી તે આપણુને જંગલીઓ કરતાં પણુ નીચી સપાટીએ લઇ જાય છે તે બતાવી આપવાનું ભાજીપાલાની ખોરાકીનું કામ છે, એ ઉપરથી ભાજી-પાલાની ખોરાકી માણુસ જાતનાં દીલમાં પરાંણીઓ તરફની દીલસોજી અને સખીપણાને જનૂમ આપેછે. કુલે માણુસજાતની ચહડતી અને તેમનું ખરૂં ભલું થાય એવી હીલચાલોને એ ખોરાકી મજબુત ટેકો અને ઉતેજન આપે છે અને છેલે ભાજીપાલાની ખોરાકી દુનયાની સપાટી ઉપરથી જોલામગીરી, ધાટકીપણું અને માણુસના નામને નહી છાજતી ખાસ્યતોને સદનતર નાબુદ કરી નાખેછે.

સર રીચરડ ફીલીપસના પંદર વધુ સબબો.

૧૮૮૪નાં સાલનાં "ખાધખોરાકીનો સુધારક" એવે નામનાં ઇંગરેજી માસીકનાં ડીસેમબર માસના અંકમાં સર રીચરડ ફીલીપસે ભાજીપાલાની ખોરાકીની તરફેણુમાં જે વધુ સબબો જણાવ્યા છે તે અતરે અમો રજુ કરીએ છીએ.

૧. હું પોતે અમર કાયા ધરાવતો નથી. બીજા સરવે પશુ પરાંણીઓની માફક હું એવી જીંદગી ધરાવુ છું કે જેની ઘડી પલનો પણુ ભરોસો નથી અને તે સબબસર પશુ પરાંણીઓ કરતાં મારી હાલત ગમે તેટલી ચઢયાતી હોય તે છતાં તેમની જીંદગીની મોજમાં ખલલ કરવાનો મને કશો હક નથી, સીવાય મારી પોતાની જીંદગીના બચાવ અરથે તેમ કરવાની મને ફરજ પડતી હોય.

૨. જીંદગી નીભાવવાની ઉમેદ કુલે જીવજંતુઓમાં એટલી બધી તો હોયછે અને લાગણીની શકતી ધરાવનાર પરાંણીઓ પોતાની જીંદગી નીભાવવાને એટલાં બધાં તો ખંતી હોય છે કે જેથી કોઈપણુ નીરદોશ જીવતાં પરાંણીઓ ગમે એટલાં પણુ મારી સતા હેઠલ હોય અને ગમે એટલાંબી નીરજીવ અને નજીવાં લાગે તે છતાં તેમની જીંદગીનો નાશ કરવામાં સામેલ રેહેવું અથવા ભાગીઓ થવું તે મારી લાગણીઓને કદી પણુ માફક આવી શકે નહીં.

૩. માંસ ખાનારાં માનવીઓને જેવો કમકમાત અને ધીકાર માણસનું પોતાનું માસ તથા ઘોડા, કુતરા, બીલાડાં, અને બીજા એવીજ કીસમનાં જનાવરો ખાધાથી ઉપજેછે તેવોજ ધીકાર અને કમકમાત હરેક જાતનાં માસનાં ખોરાક માટે મને ઉપજેછે.

૪. ફલફલાદી તરતરકારી અને અનાજ ખાનારાં પ્રાણીઓ માટે ખુદરતે એટલી બધી જાતના ફલો અને રોપાઓ જે ખાંડનો પુરતો જથો પુરો પાડી શકે છે તે, તેમજ અનાજ, દાણો, દાલ અને બેહદ જાતોની તરતરકારી પુરી પાડેલી છે કે જેથી માસના ખોરાકની હું કશી જરૂર જોઇ શકતો નથી.

૫. જનાવરોનાં મુરદાનું માંસ અને રસ મારી હોજરીમાં દાખલ કરવા સામે મેંને નહીં જીતી શકાએ એટલો બધો ધીકાર છુટે છે.

૬. તરતરકારીનાં બાહેરના દેખાવમાં ગમે એટલો ફેરફાર કીધાથી બલકે તેમનો નાશ વટીક કીધાથી કોઈની લાગણીને દુઃખ પોહોંચી શકતું નથી. કોઈની નીતી ઉપર તેથી કરીને બલાતકાર વટીક થતો નથી. એટલું છતાં તરતરકારી માણસની તનદરોસતીને, માણસનાં કઉવતને, માણસની જીવ શકતીને માસનાં ખોરાક કરતાં વધારે ટકાવી અને નીભાવી શકેછે.

૭. લાગણી ધરાવનાર પ્રાંણીઓના મુરદાંના રસ અને માંસના ખોરાકની વીસ વરસવેર સખત પહરેજી પાળયા પછી મને માલમ પડયું છે કે તેટલા અરસામાં એકપણ દીવસની સખત માંદગી મેં ભોગવી નથી. મારાં શરીરની જીવ શકતી અને કઉવત બીજા માણસોના જેટલુંજ બલકે તેથી પણ વધારે રહી શકયું છે અને મારા મનની હાલત એટલી તો મજબુત રહી શકીછે કે જેથી બીજાઓ તરફથી થતાં કપટ, અદેખાઇ અને નીચ કરતુકોના હુમલા સેહેલાઈથી તે સહન કરી શકેછે.

૮. મને માલમ પડયું છે કે જનાવરોની માસ ખાવાની ખાસીએત, દયા, દાલસોજી, અને એવા બીજા નરમ ગુણો બીલકુલ ધરાવી શકતી નથી. જેમકે વરૂ, વાઘ, ખલીર, ગરૂડ, મગર અને સોસવાટ જેવાં વીકરાલ ફાડી ખાનારાં જંગલી જનાવરોની માસ ખાવાની આદત અકલવાન, વીચારવંત, અને પોતાના કામકાજ માટે જવાબદારી આપનારૂં અંતકરણ ધરાવનાર ઇનસાંનોએ બીલકુલ નકલ કરવા જોગ નથી.

૯. માંસ ખાનારાં માનવીઓ દયા અને દીલસોજીનાં કશાપણ આંકોશ વગર જંગલીમાં જંગલી જનાવરોનાં ઘાતકીપણાંને વીસરાવે એવા હુનરો અને કલપના શકતીની મદદથી પોતાનું હોજરૂં ભરવા ખાતર જે નીરદોશ ભોગો લે છે તેમની પીડાકારીઓને વધારે ઘાતકીપણે વધારી મુકેછે: જેમકે પોતીકાં માંસ ખાવાના ખાઘરાપણાની મોજને ખાતર ભાતભાતની વાણીઓ મેલવવા જતાં કશીપણ આચકી અને દયા વગર જનાવરોને રીબાવામાં, જીવતાંને જીવતાં રાંધી નાખવામાં, અથવા કાપી વાઢારીને લોહીથી ગગરતાં કરવામાં, દીલ ઉપરની ખોલ ઉખેડી કાહાડવામાં અને તલી ભુંજીને ખાવામાં મજાહ મેલવેછે.

૧૦. માણસ જાતના ખુદરતી સવભાવ અને ખાસ્યતથી જનાવરોનાં જીવ લેવાનું કામ એટલુંતો ઉલટું છે કે અગર જો માંસ ખાનારા માનવીઓને પોતાનેજ હાથનાં કાપેલાં પરાણીઓ ખાવાં પડતા હોય તો, ઘણાંજ જુજ ઇનસાનો માંસનો ખોરાક કબુલ રાખી શકે અને એટલું છતાં માસનાં ખોરાક ઉપર નીરભયપણે મોજ મારતાં પરાંણીઓની મરતી વખતની કાકલુદી અને જીંદગી વેલાની પ્રીતીનો વીચાર સદનતર તેઓ ભુલી જાયછે તથા ભુલી જવાનું ડોલ ઘાલેછે.

૧૧. માણસની હોજરી પરાંણીઓનાં મુરદાંને પોતાની અંદર દાખલ કરતાં ખુદરતી રીતેજ એટલો બધો કમકમાટ બતાવેછે કે અગર જો તેજ મુરદાંને તરેહવાર મરી મસાલાથી રાંધી સીધીને તેનું અસલ રૂપ ઘાંકી નાખવામાં નહી આવતું હોયતો ઘણાજ થોડાઓ માંસનો ખોરાક લઈ શકે. પણ અકલમંદ ઈનસાનોએ વીચારવું જોઈએ કે રાંધેલું માંસ તે કોઇબી રીતેં જનાવરોના મુરદાં કરતાં ચઢયાતી વસતુ નથી અને કોઇ પણ નાપસંદ ખોરાકનાં બદલાયલાં સવરૂપથી અકલવંત માણસે મન મારવાને ખાતર ઠગાવું જોઇએ નહી.

૧૨. અગરજો ઈંગિલાંડ અને વેલસનાં રેહેવાસીઓ અનાજ, ફલફુલાદી, અને ભાજીપાલા ઉપર જીવી શકતા હતે તો તે તરફની ચાર કરોડ સીતેર લાખ એકરના વીસતારવાલી જમીન તેટલીજ સંખયાના ઇનસાનોનું પોશણ કરી શકતે. પણ ૧૮૧૧ માં માણસના ખોરાકની મુખય વસતુ પરાણીઓનું માંસજ હોવાથી એટલા બોહોલા વીસતારવાલી જમીન માહ મુશકેલીથી એક કરોડ વીસ લાખ માણસનું પોશણ કરી શકી હતી.

૧૩. ભાજીપાલાની ખોરાકીના જેટલા જથામાં પુશટીકારક તતવોનો જેટલો જથો સમાએલો હોય છે તેટલો પુસ્ટીકારક જથો તેટલાજ માંસનાં જથામાંથી મલી શકતો નથી.

૧૪. જનાવરોને કાપવાં અને તેમને જોભરવાનો રેવાજ નીતીનાં કાનુનોને કોઈબી રીતે અનુસરતો નથી, શરીર શકતીને લાભકારક નથી. અને જે દેશોમાં ભાજીપાલાનો ખોરાક પુરતા જથામાં મલી શકતો હોય તે દેશોમાં ખામખા જરૂરનો પણ નથી.

૧૫. જે જે દેશોમાં ખુશકીનાં વીકરાલ જનાવરો ખેતીવાડીનાં કામને અટકાવી શકતાં હોય અને તેથી તેમને મારી નાખવાની ફરજ પડતી હોય અને તેથી કદાચ તેને ખાધામાં પણ આવતાં હોય; તે છત તે દેશના દરીઆની માછલીઓ અને હવામાં ઉડતાં પક્ષીઓના નીરદોશ જાન કબજ કરી તેમને ખાવાની કશી પણ જરૂર નથી, અને ઘણાંખરા સુધરેલા દેશો કે જ્યાં માતર કાપી ખાવાની મોજને ખાતર પાલી શકાય એવાં પ્રાણીઓજ હસતી ભોગવી શકેછે, તયાં પ્રાણીઓ અને પક્ષીઓ ઉપર જે કાંઇ કસાઇપણું ચલાવવામાં આલતું હોય તે સઘુ અવીચારી, ઉછાછલાંપણાં અને માસનાં ખોરાકને લગતાં ખાધરાપણાનેજ લાગુ પાડી શકાય.

નામીચા વીદવાનો અને વઇદરાજોની શાહદતો.

મોલેશચોત.

પુશટીકારક નકર ખોરાકના ભાગમાં માંસના કરતાં દાલનો ખોરાક વધારે ચઢયાતો છે એમ "મોલેશચોત" ચોકસ માને છે. વલી દાલ મધેનો ઇડાંની સફેતીવાલો ભાગ માસના કરતાં અરધો અરધ વધારે હોયછે એટલુંજ નહી પણ દાલમાં માસના કરતાં ચરબી અને ખારોના ભાગ પણ વધુ જથામાં મલી આવેછે.

ડાકટર કારપેનટર.

શરીરની મેહેનત મજુરી માટે માસના ખોરાકથી દુર રહી ભાજીપાલા મધેથીજ જોઈતું કઉવત મેલવી શકાય એમ ભાજીપાલાના હીમાયતીઓ જે જણાવેછે તેને ડાકટર કારપેનટર પુરતી રીતે મલતો થાયછે. તે કહેછે

કે ઠંડામાં ઠંડા મુલકોમાં વટીક માણસનાં શરીરનું કવ્વત અને સમતોલ ગરમી જાલવી રાખવા ભાજીપાલાનો ખોરાક જો જોઈતા જથામાં ચીકાસવાલો ભાગ ધરાવી શકતો હોય તો તે પુરતો ગણી શકાય.

પોચેત.

"પલુરેલીતી ઓફ ધી હીયુમન રેસ" નામના કાબેલીયત ભરેલા ગ્રંથમાં "પોચેત" લખેછે કે માણસ ફલફલાદી ખાનાર છે એમ જે કહેવાતું આવ્યું છે તે તદન સાચું છે. તેના આતરડાંઓની બારીકે બારીક હાલત અને તેથી પણ વધારે તેના દાંતોની રચના ધ્યાંનમાં લીધાથી ખાતરી પુરવક રીતે તે સાબેત થઇ શકેછે.

ડાકટર મારસેટ, ઓલીવયર અને બીજા પ્રાણી અને વનસપતી વીદયાને લગતા વીદવાનો.

ઉપલા વીદવાનો એક મતથી જણાવેછે કે માણસનો ખોરાક હોજરીમાંથી પસાર થયા પછી તેનો જે ઘાડો રસ થાયછે તે જો માસના ખોરાકનો બનેલો હોય છે તો ઘણામાં ઘણા તરણ ચાર દીવસમાં સડવા અથવા બગડવા માંડેછે, પણ ભાજીપાલાના ખોરાકમાંથી બનેલો તેજ રસ પોતાના વધારે સ્વચ્છપણાંને લીધે ઘણા ઘણા દીવસો વેર વગર સડવે રહી શકેછે.

એડીનબરોનું વઇદક અને વાહાડકાપને લગતું પતર.

ઉપલું પત્ર પોતીકા ૧૬૬ માં અંકમાં લખે છે કે અમે ઘણાં માણસોને પીછાણીએ છીયે કે જેઓ હઠીલા અને દુખ દેનારા દરદો મધેથી માંસનો ખોરાક તદન તજી દીધાથીજ સાજા થઇ શકયા હતા અને બીજા કેટલાકોને પણ પીછાંણીએ છીયે કે જેમનાં જ્ઞાનતંતુનાં અને છાતીના દરદોનું ઘણુંક જોર એજ ઉપાયોથી નરમ પડી શકયું હતું.

મેડીકો—ચીરારજીકલ રીવયુ.

"વઇદક અને વાહાડકાપ" ને લગતું ઉપલું ટીકાકાર પતર લખેછે કે અમે કોઈબી રીતે ખાતરીથી કહી શકતા નથી કે દીસપેપશીયા અને બદહજમીની જે સાધારણ રીતે માવજત કરવામાં આવેછે તે તદન ભુલ ભરેલી છે કે નહીં. અને પુશકલ માંસના ખોરાકને બદલે ભાજીપાલાનો ખોરાક વધારે પસંદ કરવા જોગ છે કે નહીં, પણ મી૦ સ્મીથે ભાજીપાલાના ખોરાકના ફાયદાઓને લગતા ઘણાક દાખલાઓ ભેગા કીધા છે અને તે

દાખલાઓ "એબરક્રોમબી," "ચાઇન" અને "થેકરે" જેવા નામીચા અને કોઈબી પક્ષ તરફ ઢલી નહીં પડે એવા અપક્ષપાત તબીબોનાં લખાંણો મધ્યેથીજ એકઠા કરવામાં આવ્યા છે અને તેઓ ઉપર સામટી રીતે વીચાર કરતાં અમે ધારીયે છીયે કે તેણે ભાજીપાલાની તરફેણમાં એક મજબુત "કેસ" ઘડી કાહાડયો છે.

ડાકટર જે. એસ. વીલકીનસન.

"લીટરરી અને સાયનટીફીક લેકચરર" નામના ગ્રંથના બીજા વાલમમાં ડાકટર વીલકીનસન લખેછે કે ભાજીપાલાના ખોરાકનો આધાર પકડયાથી ઘણાં માણસોને ફાયદો થયો છે એ બીના કોઇનાથી ના પાડી શકાશે નહીં.

ડાકટર એ. પી. બુચન.

ખહીના શરૂઆતના હુમલામાં દુધ અને ફલફલાદી સાથ આટાના ખોરાકની અસર ઘણી વખતે ફાયદાકારક નીવડી છે તેના દાખલાઓ નોધાયલા છે. ખહીને સાજો કરવાને બદલે તેનો અટકાવ કરવાના વીચારથી અગરજો ખોરાકને લગતો એ ફેરફાર વખતસર કરવામાં આવતો હોય તો તેના ફાયદાને લગતા અતીઘણા વધારે દાખલાઓ મલી શકે. જ્યારેબી જુવાનયાઓમાં ખહીની અસર જરાબી માલમ પડે. કે તેની સામેના અટકાવ ખાતર તાબરતોબ પુશટીકારક આટાને અને પાકાં ફલફલાદીના ખોરાકને ચીવટપણે વલગી રહેવું જોઇએ. માસના ખોરાક અને જલદ દારૂઓથી સખત રીતે દુર રેહેવું જોઇએ. અગરજો ભાજીપાલો અને દુધનો ખોરાક વધુ લેવામાં આવતો હોય તો રગતપીત જેવાં ચામડીનાં દરદો અને ઝેરી અગન બલતી તાવોનો ઘણોક અટકાવ થઈ શકે.

ડાકટર કલન.

મારી પુરેપુરી ખાતરી થઇ ચુકી છે કે અગરજો કોઇબી પુરૂશ નાનપણથી શરીરની કસરતનો જાથુકનો મહાવરો રાખે અને માસના ખોરાકને તજી દીયે તો તેને કદીપણ "ગાઉટ"નું યાને નજલાનું તેમજ સંધીવાનું દરદ લાગુ પડી શકે નહીં. સંધીવાના ઇલાજ ખાતર પેહેલી જરૂરની ચીજ એટલીજ છે કે એવા દરદીને એવો સાદો ખોરાક આપવો

કે જેથી તેનાં શરીર મધેની આગ અને અગનને ટાઢક મલી શકે, અને ખસુસ કરીને જલદ દારૂઓ અને માસના ખોરાકથી તેને તદનજ દુર રાખવો જોઇયે.

ડાકટર કરેગી.

"એલીમેનટસ ઓફ ધી પરેકતીસ ઓફ ફીઝીક" નામની કેતાબનાં બીજા દફતરમાં "ડાકટર કરેગી" લખેછે કે, સંધીવા અને નજલાનાં દરદોને જનમ આપનારી ચીજોને પેહેલે ઘરથીજ અટકાવવા ખાતર રોટી અને દુધ, અથવા આવલ અને દુધ, અથવા અનાજના આટા અને દુધનો ખોરાક પુરતી રીતે સામરથવાન છે. ઉપલાં દરદોના અચોકસ હુમલાઓને અટકાવવા ખાતર તેમજ ભેજાં અને તેને લગતા બારીક ભાગોને, તેમજ ફેફસાં અને દીલને લગતાં દરદોનો અટકાવ કરવા ખાતર ઉપલોજ સાદો ખોરાક ઘણીક રીતે બંધ બેસતો છે.

ડાકટર એસ. નીકલ.

"ડાકટર નીકલ" કહેછે કે "લોંગફરદ રીવર ઓસપીટલ" નામની તાવની ઈસપીટાલને ભાજીપાલાના અને શરાબથી દુર રેહેવાના નીયમ ઉપર ચલાવવામાં આવેછે. અને છેલાં પંદર વરસના લાંબા અનુભવથી તે જણાવેછે કે દરદીઓને માસનો ખોરાક, વાઇન, બરાંડી, ઇતયાદી ચીજો ઘણીજ સંભાલથી આપવી જોઇયે અને તેમના વપડાસથી માહેતમ ભરેલાં પરીણામો નીપજેલાં તેણે જોયાંછે. એ બાબદમાં ડાકટર નીકલ કેટલો ખંતી હશે તે એટલા ઉપરથીજ જણાયછે કે છેલાં પંદર વરસના અરસામાં ઉપલી ઇસપીટાલમાં તેણે એક રતલ માંસ, વીસકીની એક નાની પેંત, અથવા વાઈનની એક બાતલી પણ ખપાવી નથી. કેટલાકો એમ કહે છે કે તે ઇસપીટાલના દરદીઓ ઘણા મુફલેસ હોવાથી તેમને ઉંચા ખોરાક અને શરાબોનો મહાવરોજ નહીં હોવાને લીધે તેઓ ભાજીપાલા ઉપર નીભી શકતા હશે. પણ ડાકટર નીકલ તે માટેનો ઈનકાર કરી જનાવેછે કે તેઓમાં ઇસપીટાલના ખુદ અમલદારો, પોલીસના મોટા "કોનસ્ટેબલો," વેપારીઓ, ગ્રહસ્થ નોકરો અને બીજા ઉંચી જાતના ખોરાકના મહાવરાવાલા દરદીઓ આ આસપીતાલનો લાભ લઇ ગયા હતા. દરદીઓનો મોટો ભાગ ચામડીના દરદથી પીડાતો, ખવાઇ ગયલાં, સડી ગયલા, વાસ મારતા દાંતવાલો, "મેહોગની"નાં લાકડાંનાં રંગના જેવી જીભવાલાઓનો, પીઠ અને થાપા ઉપર નાસુર પડેલાઓનો અને પગના આંગલાંઓ સડીને

ખવાઇ ગયલાં હોય એવા દરદીઓનો હતો. એકજ વખતે એકજ જાતની ખરાબ તાપવાલા નવ જણાઓને આ આસપીટાલમાં લાવવામાં આવ્યા હતા અને તેઓ સરવે સાજા થયા હતા. જોકે તેઓને વાઇન, બરાંનડી અથવા માસનો ખોરાક બીલકુલ આપવામાં આવ્યો ન હતો. આવી રીતે સોલ વરસવેર ફતેહમંદ નીવડેલા ઇલાજને હજીપણ હું ચાલુ રાખુંછું.

ડાકટર સી. બી. રેડકલીફ.

"ડાકટર રેડકલીફ" કહેછે કે હું ગમે એટલું કરૂંછું તોપણ મારાથી માની શકાતું નથી કે કસાઇને ત્યાંનુ માસજ માતર ઉતમમાં ઉતમ ખોરાક છે અને બીજો બધી જાતનો ખોરાક માતર કામચલાઉ છે. પણ તેથી ઉલટી રીતે મારી તો સામી ખાતરી થઇ છે કે એ બાબદને લગતા લોકોના વીચારો સુધરવાને બદલે સામા બગડતા જાય છે અને તેના પરીણામમાં તરેહવાર જાતના ગ્નાનતંતુનાં દરદોનો આપણામાં દમબદમ વધારો થતો જાયછે, અને તેમના ઉપાય કરવામાં મુશકેલી નડતી જાયછે. ખરેખર સકોટલાંડ દેશનાં મજબુત બાંધાના "હાઇલેનડરો" નો "ઓટમીલ" અને દુધનો ખોરાક શરીરની પુશટી અને મેહેનત મજુરી માટે કોઇબી રીતે ઓછો કુવતમંદ નથી પણ એથી ઉલટી રીતે જેણે તપાસવાની તસદી લીધી હશે તેઓ સરવેની ખાતરી થઇ હશે કે હરણનો શેકાર કરવામાં માસ ખાનાર ધણીઓ "હાંફી" અને "થાકી" જાયછે ત્યારે ઉપલા સાદા ખોરાક ઉપર જીવનારા રાથોર "હાઇલેનડરો" તેટલીજ થાક પછી જેવાને તેવા અસાાન અને વગર થાકેલા રહી શકે છે. માંસ એવી જાતનો ખોરાક છે કે તે ગમે એવી આકરી કીમતે પણ લેવોજ જોઇએ એવા વીચારોને ખોટા પાડનારી શાહાદતો રફતે રફતે પુશકલ એકઠી થતી જાયછે. આટલું તો મારે જરૂર કેહેવું જોઇએ કે નાતવાન અને નાનાં બાલકોને જેમ બને તેમ માંસનો ખોરાક વધુ લેવાની હાલના વખતમાં બોહોસ કરવાની જે આદત વધતી જાયછે તેજ મુખ્ય કરીને શારીરીક દરદોના વધારા અને બીજી ધણીક વાતે તંનદરોસતીનો નાશ કરનારી બીના છે.

ડાકટર લાએન પલેફેર સી. બી.

"ડાકટ પલેફેર" કહેછે કે ઘોડાના બાબમાં મેહેનત કરવાની જે શકતી તેને મલી શકેછે તે સઘલી પાલાઓ મધેથીજ મલેછે. માણસનાં બાબમાં તેજ શકતી માસના અને ભાજીપાલાના ભેલસેલ ખોરાકમાંથી

મલેછે. તોપણ એવો ભેલસેલ ખોરાક માણસને માટે કાંઇ ખરેખર જરૂરનો નથી. "ચીલી" ના ખાણ ખોદનારાઓ જેઓ ઘોડાનીજ મીસાલ વહીતરૂં કરે છે તેઓ ઘણો ખરો ઘોડાનાજ સરખો ખોરાક લીએ છે. સહવારનાં બે પાંઉ, બપોરના બાફેલી સીંગ અને રાતનાં ભુંજેલા ચણા, એ તેમનો નામાકીત "દારવીન" ના જણાવ્યા પ્રમાણેનો મુખય ખોરાક છે.

ડાકટર એસ બરાઉન.

"વેસ્ટ મીનસ્ટર રીવીયુ" નામનાં નામીચા ટીકાકાર ચોપાંનીયામાં ડાકટર "એસ બ્રાઉન" લખેછે કે ભાજીપાલાની ખોરાકીની હીમાયતે લખનારાઓ અને ખસુસ કરીને "ફ્રુટસ અને ફેરીનેશીઆ" નો કર્તા પુરતી ફતેહમંદી સાથ પુરવાર કરી શકયો છે કે ઘોડાના સરખું શરીરનાં બાંધાનું કઉવત, સંભાલથી પસંદ કીધેલા ભાજીપાલાના ખોરાકમાંથીજ મેલવી શકાય છે એટલુંજ નહીં પણ તે કઉવતને માફક આવતો ખોરાક ભાજીપાલોજ છે અને વલી એવી સાદી ખોરાકી જીંદગીની દોરી લંબાવી પણ શકે છે.

ઉપલી શાહદતો ઉપરાંત છેલે આટલું અમારે જણાવવું જોઇએ કે ભાજીપાલાની ખોરાકીની તરફેણમાં નીચલાં નામીચાં નામો મધેથી થોડાંક સદનતર અને બાકીનાં થોડાં ઘણાં ખુદરતના એ ઉતમ, સાદા અને સુતરા ખોરાક તરફ ઢલતાં જણાય છે: એઓમાં દાનીયલ, પીથેગોરસ, સોકરેટીસ, પલેટો, એપીકીયુરસ, પલુટારક, નયુટન, મીલટન, સવીડનબોરગ, વેસલી, હાવરડ, ફરેનકલીન, શેલી, લેમારટાઇન, રોશુ, સર રીચરડ ફીલીપ, રીતશન, બ્ધરટન, જનરલ ટી. પેરોનેટ થોમસન અને બીજા ઘણાકો.

માંસના ખોરાકથી જનાવરોનાં દરદોનું માણસને લાગુ પડવું.

પ્રાંણી અને ઝાડપ્રાનની વીદયા જાણનાર નામીચા ઉસતાદો અને હકીમોનું ધયાંન લાંબો વખત થયો એક અગતના સવાલ ઉપર લાગી રહયું છે અને તે સવાલ એ છે કે માંસના ખોરાકથી જનાવરોનાં દુખ દરદો માણસોને લાગુ પડી શકતાં હોય તો કેટલે દરજજે માણસની તંદરોસ્તી તથા જીંદગીને નુકશાનકારક થઈ પડેછે. આ અતીઅંત અગતના સવાલને નકી કરવા ખાતર માતર ઇંગલંડ અથવા ગ્રેટ બ્રીટનમાંજ નહીં

પણ અમેરીકા અને આખા યુરેપમાં જ્યાંબી માસના ખોરાક ઉપર પુશકલ મારો ચલાવવામાં આવેછે ત્યાં નામીચા ઉસતાદો અને વઇદરાજો ખાંડી મુદીના અખતરા, તપાસ, અને જોસતેજો ચલાવતા આવેછે. આવી આવી કીસમના અખતરાઓ ચલાવવાને યુરેપના ઓલમાઓને કેટલાક ખાસ સબબો મલ્યા છે અને તે ઉપરથી તેમનું ધયાંન એ અગતના સવાલ ઉપર લાગી રહયું છે; એ સબબો મધેનો એક સબબ એ છે કે ગરેટ બરીટન ખાતે માંસના ખોરાકનો જેટલો ખપ છે તેટલાં ગોસપંદો મલી શકતા નથી અને તેટલા ખાતર તેમનો હાજત જેટલો જથો બીજા દેશો તરફથી પુરો પાડવામાં આવેછે. પણ એવી રીતે પારકા મુલકો તરફથી આવતાં ગોસપંદોની હાલત તનદરોસત નહી હોવાથી તેઓ પોતાની સાથ જનાવરોને લગતાં કેટલાંક ઝેરી દરદોને લાવી દેશમાં તેનો ફેલાવો કરેછે અને તેથી માણુસ જાતના ખોરાકને નુકસાનકારક બનાવેછે એટલુંજ નહી પણ ખેતીવાડીને લગતાં બીજા જન જનાવરોનો પણ ભોગ લીયેછે. વલી હાલમાં કેટલીક જાતની ઝેરી તાપ, અને કોલેરા સરખા ઉડતા મરજો માટે વીદવાનોમાં એક જાતનો એવો વીચાર ફેલાયલો છે કે તે દરદોનાં ઝેરી બીયાં એક બીજામાં ઉડયાથી અથવા કોઈબી રીતે પારકાનાં શરીરમાં પેવસ થયાથી તે દરદો તેમને લાગુ પડેછે. ઝેરી દરદોનાં બીયાંને લગતો આ વીચાર જેમ જેમ મજબુતી પકડતો જાયછે તેમ તેમ દરદી જનાવરોનો ભક્ષ કીધાથી તેમનાં દરદોનાં ઝેરી બીયાં માણુસ જાતનાં શરીરમાં દાખલ થયાથી કેટલું બધું નુકસાન કરી શકે છે એ એક બીજું વધારે અગતનું કારણ છે, અને વીદવાંનોએ તે માટે પુરતી તપાસ કરી પોતાની ખાતરી કરી લેવી જોઈએ. વલી ખરાબ દુધના ખોરાકથી "સકારલેટ" અને "ટાઇફોઈડ" નામની ઝેરી તાપો માણુસને લાગુ પડી શકેછે એ બીના તો લાંબા વખતની ચોકસ થઇ ચુકેલીછે. તો પછી તેજ દુધ આપનાર જનાવરોની દરદી હાલતથી તેમનું માંસ ખોરાક તરીકે વધુ ધાસતી ભરેલું થઇ પડે એ સવભાવીકછે. વલી "ગરેટ બરીટન" ખાતે બીજી બધી વસતીમાં માતર "યાહુદી" ઓ દુકરનાં સરખાં નજીસ પરાંણીને ભક્ષ કરતાં નથી અને તેઓના મરણની રાસ બીજી બધી વસતી કરતાં ઘણી ઓછી આવેછે તે ઉપરથી પણ વીદવાનોનું ધયાન એ અગતના સવાલનો ફડચો કરવા ઉપર લાગી રહયું છે. એ સરવે સબબોને લીધે "ઓકસફરડ"ની "યુનીવરસીટી"ના વઇદને લગતા "પરોફેસર" "ડાકટર એસલેંડ" નાં પરમુખપણાં તલે

"કેમબરીડજ" ખાતેની "બરીટીશ મેડીકલ એસોસીએશન" માં આ અગતની બાબદ ઉપર નીબંધો વંચાયા હતા અને કેટલીક તકરાર ચાલયા પછી એવો ઠેડાવ પસાર કરવામાં આવયો હતો કે આ "એસોશીએશન" ના પરજાની તંદરેાસતીને લગતા વીભાગનું એવું મતછે કે માંસના ખેારાકથી જનાવરોનાં દરદો માણુસને લાગુ પડે છે કે નહી તે માટે અતી ઘણી સંભાલથી તલાસ કરવાની ઘણી જરૂર છે અને તે તપાસમાં નકી કરવું જોઇએ કે એ બાબદને લગતું આપણું જ્ઞાન કયાં સુધી જઇ શકે છે. અને તેના સંબંધમાં કોઈ પણ જાતનાં ખાસ ધારા ઘડાવવાની ગરજ છે કે નહીં. "એસોશીએશન" ની કારોબાર મંડલીને અરજ કરવામાં આવેછે કે તેણે એ બાબદ ઉપર તપાસ ચલાવી "રીપોરટ" કરવા ખાતર એક ખાસ કમીટી નેમવી.

હવે આપણ આ બાબદ માટેના વીદવાનોમાં ખાતરી પુરવક રીતે માનવામાં આવતા વીચારો તપાસીએ. જનાવરોનાં શરીરમાં જીના કીડા પાડે એવી જાતના ઝેરી દરદો ખરેખર ઉડતાં છે અને તે શહેલાઈથી બીજાં જનાવરોને લાગુ પડી શકેછે તેમાં તો જરાબી શક રહયો નથી. આવી જાતનાં દરદવાલાં જનાવરો ખાધામાં લીધાથી તેમના શરીર મધેનાં ઝેરી બીયાં અથવા બરોબર બોલીએ તો સાધારણ નજરે નહીં દીસી શકે એવા અનદીઠ કીડાઓ માણસના શરીરમાં દાખલ થઇ શકેછે. જે શરીર તેમના ઉધરભાવ માટે ઘણું માફક આવતું સાધન થઈ પડે, અને એવા માફક આવતા ઉધરભાવથી રફતે રફતે તેઓ આખાં શરીરમાં ફેલાઇ જઇ વારંવાર જીવલેન પરીણામો નીપજાવે છે. આવી જાતના દરદોને "તરીનીનોસીસ" કહેછે અને એ દરદો પેહેલવેહેલાં "ગરેટ બરીટન" ખાતે વીદવાનોની જાણમાં આવયાં તેની પરથમ તેમનો જરમની ખાતે ઓહોલો ફેલાવો થઇ ગયો હતો, જરમની ખાતેના એ ફેલાવાનું મુખય કારણ એ માનવામાં આવેછે કે તયાંના લોકો દુકરનું માસ બરોબર પકાવયા વગર અરધી કાચી હાલતમાં ખાતા હતા અને તેથી તેમને એ દરદો ઘણી સહેલાઇથી લાગુ પડતાં. માંસના ખેારાકથી આવી રીતની ધાસતી ભરેલી પીડાકારીઓ વધી ગયાને લીધે આખરે "જરમની" દેશના પાયતખત શેહેર બરલીન ખાતે બજારમાં વેચાતાં માંસ ઉપર પુશકલ તપાસ રાખવાની સતાવાલાઓને ફરજ પડી હતી અને એ તપાસનાં પરીણામ તરીકે ૧૮૭૮ના ઉપલા સતાવાલાઓ તરફના "રીપોરટ"માં

જણાવવામાં આવયું હતું કે એ સાલમાં એ જાતના ઝેહેરી દરદની મરકી તે તરફનાં રેહેવાશીઓમાં પંદર વખત ફેલાઇ હતી, અને તે તરફના એક નજદીકના કસબામાં તેા એ દરદના સપાટામાં આવેલાં ઇનસાનેા મધેના અરધાં અરધ મરણ પામ્યાં હતાં. "ગરેટ બરીટન" એ જાતનાં ઝેરી દરદથી આગલ નીરાલું હતું ખરૂં, પણ હવે તેની એ માટેની મગરૂરી તુટી ગઇછે. છેલા દાએકામાં બે વાર એ દરદે "ગરેટ બરીટન" ખાતે પેાતાનું બલ અજમાવ્યું હતું. એક વાર ૧૮૭૧ માં "વેાશીંગટન" ખાતે અને બીજી વાર ૧૮૭૭ માં "કેારનવેાલ" નામનાં એક દરીયાઇ બારકસ ઉપર તેણે સખત ગલબેા કીધેા હતેા. ઊપલા બેઉ ગલબાનું મુખય કારણ ડુકરનાં માંસને ખાધામાં લેવાનું હતું કે જે ડુકરેા મધેના પેહેલાં ગરેટ બરીટનમાં ઉછારેલાં હતાં અને પાછલાં અમેરીકા ખાતેથી લાવવામાં આવ્યાં હતાં. આવી રીતના ખાતરી પુરવક દાખલાઓ પછી તે માટે વધુ લંબન કરવાની ઝાઝી ગરજ નથી.

જનાવરેાના દરદેામાં એક જાતની ઝેહેરી તાપ સાથનું ઉડતું દરદ "પગ અને મેાઢાંના દરદ" ને નામે જાણીતું છે જે દરદ સાધારણ રીતે ગરમ લેાહીવાલા જનાવરેા તેમજ માણસેાને એકસરખી રીતે લાગુ પડી શકેછે અને યુરેાપ ખંડ ઉપરના બેાહેાલા વીસતાર ઉપરના લાંબા વખતના એ દરદના ફેલાવા ઉપરથી તેમજ છેલાં ચાલીસ વરસનાં અરસામાં તેણે "ગરેટ બરીટન" ખાતે જે ખરાબી નીપજાવીછે તેની આખી તવારીખ ઉપરથી ખાતરી પુરવક રીતે સીધ થઇ ચુકયું છે કે તેના દુશટ સપાટા હેઠલ જેમ જન જનાવરેા તેમજ ઈનસાંનેા પણ એક સરખી રીતે આવી શકેછે. આ દુશ્ટ દરદ જનાવરેાની મારફતે ઈનસાંનેાને લાગુ પડેછે તે માટે એ બાબદનેા ખાસ અભયાસ કરનાર નામીચેા વીદવાન "ગેમગી" જણાવેછે કે, તેને એક લેશ ભાર પણ શક નથી. વલી એજ પરમાણે "બરકન હેદ" ના "હેલથ આફીસર" મી૰ વેચરે એ બાબદ ઉપર "કેમબરીજ" ખાતે એક રસાલેા વાંચયેા હતેા તેમાં તે સાફ જણાવેછે કે "પગ અને મેાઢાં"નું એ દરદ જેબી ગેાસપંદને લાગુ પડયું હેાય અને જેા તેમનું માસ પુરતી રીતે પકાવયા વગર ઇનસાનના ખાધામાં આવે તેા તે જરૂર તેના સપાટામાં આવવાને લાયક થાય છે.

જનાવરેાનાં દરદેામાં બીજું એક દરદ પાઠાં અથવા ગડ ગુમડાંને લગતુંછે જે તરેહવાર આકારમાં ઉભરી આવેછે અને તે માટે "ફરેંચ"

અને "જરમન" વીદવાનોએ પુશકલ જોસતેજો ચલાવયા પછી તેઓ એ કમત થયાછે કે એ દરદ તેમના માંસનો ઊપયોગ કીધાથી તુરત માણસને લાગુ પડી શકે છે એટલુંજ નહી, પણ ઘણીવાર તે ઇનસાંનોના બાબમાં જીવલેણ થઇ પડેછે. મી૰ "વેચર" કહેછે કે આ રોગનું જોહેર માસની સાથ એટલું બધું ચીવટપણાથીં વલગી રહેછે કે તેની હદ પણ અટકલી શકાતી નથી અને તેવાં દરદી માંસને ભક્ષ કરનારની ઘાસતીનો પણ પુરતો ખયાલ આપી શક્તો નથી.

આખાં શરીર ઉપર ફેલાઈ ગયલા સોજા સાથની તાપ જે જનાવરોમાં તેમજ ઈનસાનોમાં એક સરખી સાધારણ છે અને જયારે તેનો ફેલાવો થાય છે તયારે ચોકસપણાથી કેહેવાઇ શકાતું નથી કે તે કેટલે દરજજે જનાવરોનાં માસનાં વપડાસથી માણસને લાભુ પડી શકે છે તે છતાં એ દરદવાળાં જનાવરોનું માંસ પણ કોઇબી રીતે પુશટીકારક નથી અને તેની દરદી હાલત ઇનસાંનને નુકસાન કરયા વગર રહે નહી એમ માનવામાં આવે છે.

પ્રાણીઓનાં શરીર મધેના અગતના ભાગો ખવાઇ જાય એવાં ખહીનાં સરખાં દરદોવાલાં જનાવરો માટે વીદવાનોએ સરવેથી વધુ ખંતીપણાથી તલાસ ચલાવી છે કેમકે એ કાતેલ મરજ કુલે માણસ જાત ઉપર ગોયા એક ભયંકર આફત છે અને ગણતરી મુજબ દર સાલ જેટલાં માણસો મરણ પામે છે તે મધેનો પાંચમો ભાગ એ ભયંકર દરદનો ભોગ થાય છે. આ ઉપરથી વીદવાનોએ નકી કીધું છે કે જેવી કીસમનો ખહી ઇનસાનોને થાય છે તેવીજ કીસમનાં આબેહુબ ખહીનાં ચીનહો જણાવરોમાં પણ માલમ પડયા છે અને તેમની મારફતે ઇનસાંનોમાં એ દરદનો ફેલાવો વધયો જતો હોય તે માટેની સાબેતીઓમાં રફતે રફતે વધારો થતો જાય છે. ખહીનાં સરખો જનાવરોનો આ રોગ ઈનસાનોને માંસના ખોરાકથી લાગુ પડી શકે છે એ વીચાર જો કે હાલ થોડુંજ થયું વીદવાનોમાં ઉતપન થયોછે તોપણ જનાવરોનાં માંસની મારફતે એ રોગના લાગુ પડવા વીશે હવે જરાપણ મતફેર રહયું નથી, અને વારંવાર સાબેત કરવામાં આવયુંછે કે એવાં કાતેલ દરદવાલાં જનાવરોનાં દુધ અથવા માંસના ખોરાકથી ઈનશાંનોને તુરત તે લાગુ પડી જાયછે. "ગરેટ બરીટન" ખાતે દરરોજ હજારો ગોસ્પંદોને માણુસ જાતના ખોરાક અરથે જબેહ કરવામાં આવેછે અને તે ઉપરથી માણસ જાતનાં

ભલાં અરથે જનાવરોનાં દરદોનો ઉપદરવ માણસોમાં થતો અટકાવવા ખાતર મી૦ ફ્લેમીંગ ભલામણ કરેછે કે જગેજગ જાહેર કસાઈખાનાંઓ રાખવાં જોઇએ અને તયાં કાપવામાં આવતું સઘલું માંસ કાબેલ તબીબો પાસ તપાસાવયા પછીજ તેને વેચવાને પરવાનગી આપવી જોઇએ અને બાકીનાં સઘલાં નુકસાનકારક દરદી માંસનો નાશ કરાવવો જોઇએ સઘલા વરગોમાં અને તેમાં ખસુસ કરીને ગરીબ વરગના બાલકોમાં જે નબલાઇનાં ગડ ગુમડાં જેવાં અને શરીરને ગાલી નાખનારા દરદો માલમ પડેછે તેમનો મોટો ભાગ ખહીવાલાં પરાંણીઓનાં દુધ અને માસને આભારી હોય એમ ઘણું કરીને માનવામાં આવે છે. યુરોપમાં ગણતરી ઉપરથી જણાયુંછે કે સઘલા ગોસ્પંનદોમાં સેંકડે એકથી પાંચ ટકા જેટલાં ગોસ્પંનદો એવાં દરદનાં ભોગ થઈ પડેલાં હોયછે. માણસોની માફક ખહીના સરખો જનાવરોનો મરજ તેમના શરીરના બાંધાને છેક નાતવાંન કરી નાખતો નથી, અને તેથી તેમનાં મરણ પછી તેમનાં શરીરને ચીરીને તપાસયાથીજ એ દરદની હસતી તેઓમાં માલમ પડી આવેછે. ઝાડપાન અને જનાવરોની વીદયાના નામીચા ઈંગરેજ ઊસતાદોએ જાતી અજમાએશ અને તપાસથી જનાવરોના દરદોનું માણસને લાગુ પડવા વીશે પોતાની જે ખાતરી કીધીછે તેને યુરોપના બીજા નામીચા ઉસતાદો જેવાકે "ગરલેક" "શાઉવા" "કોલીન" અને બીજા ઘણાકોથી સવીકારવામાં આવેછે. આ સઘલી બીના ઉપરથી ટુંકમાં જે સાર કાહાડવામાં આવેછે તે એ છે કે જનાવરોનાં કેટલાંક દરદો માસના ખોરાકથી ઇનસાનને લાગુ પડી શકેછે કે નહી તે જોકે હજી ચોકસ નથી તોપણ બીજાં કેટલાંક જેહેરી અને ઝીવવેણુ દરદો તો ચોકસ લાગુ પડી શકેછેજ એટલુંજ નહી પણ જે દરદોનું લાગુ પડવું અચોકસ છે તે દરદવાલાં જનાવરોનું માસ પોતે જાતે દરદી હોવાથી તેમાં ઈનસાનનાં બાંધાને પુસ્ટી મલે એવો કશો પણ ગુણ હોતો નથી. ડાકટર "હેનરી બેહેરેનદ" કહેછે કે યાહુદીઓના માંસના ખોરાક ઉપર જે જાતની સંભાલ લેવામાં આવેછે તે તેમની લાંબી જીંદગીનો મુખય સબબ છે. યાહુદીઓમાં નાતવાનીના અને શરીર ખવાઈ જાય એવાં દરદો કદાચજ જોવામાં આવેછે. અલબતાં માંસનાં ખોરાકમાં લેવાયલી તરતની સુંભાલથી એવું સંતોષકારક પરીણામ નીપજી શકતું નથી પણ એવી સંભાલને લાંબો વખત વેર ખંતીપણાથી વલગી રેહેવાને લીધે હાલના યાહુદીઓ દુનીયાને હેરત કરે એવી રીતની મન શકતી અને શરીરનો બાંધો મેલવી શકયા છે.

માંસના ખોરાક અરથે ખેડાતો જોખમ.

જેમ માણસજાત દુઃખ દરદોને આધીન છે તેજ પરમાણે જન જનાવરો પણ દરદોથી તદન નીરાલાં નથી. ઝેરી તાપ, શહીએડ, ગોવરં, જનાદર, કલેજાનું દરદ જેને સાધારણ રીતે "લીવર કમપલેનટ" કહેવામાં આવેછે અને તે કરતાં બીજાં વધારે જીવલેણ દરદો જેવાં કે ખહી, અતેસાર, ઈતયાદી માણસ તેમજ જનાવરોને એક સરખી રીતે લાગુ પડી શકેછે. એ બાબદ માટે વીદવાનોમાં આગલ ગમે એટલું મતફેર હતું તો પણ ૧૮૬૪ ના સાલની આગમજ તે મતફેર લગભગ દુર થયાં પછી તબીઓ, વીદવાનો તેમજ સાધારણ માણસોની પણ અનુભવથી ખાતરી થઈ હતી કે જન જનાવરો દુઃખ દરદને આધીન છે એટલુંજ નહી પણ જો તેમનું દરદી માંસ માણસ જાતનાં ખાધામાં આવે તો પુશકલ ધાસતી ભરેલાં પરીણામો નીપજી શકે, અને એવાં માઠાં પરીણામ ટાળવા ખાતર નામદાર સરકારે વચે પડી એવાં દરદી માંસને વેચાતુ અટકાવવું જોઇએ અને તેને લગતા કાંઈ પણ મજબુત બંદોબસ્તો કરવા જોઇએ. આ ચકચાર ખુબ રીતે આગલ વધયા પછી ૧૮૬૪ નાં મે માસની આઠમી તારીખે "આમની સભા" માં "હોમ ડીપારટમેંટ' ના મદદનીસ સેકરેટરી "મી૦ બરૂશ" ને એ બાબદને લગતા બે ધારાના ખરડાઓ રજુ કરવા પડયા હતા. પેહેલો "ઢોરોનાં દરદોને અટકાવનારો" ધારો હતો અને બીજો ધારો પારકા મુલકોમાંથી આવતાં ઢોરો માટે દેખરેખ રાખવાને લગતો હતો. એ બેઉ ધારાઓ સામટી રીતે જયારે આમની સભામાં બીજીવાર વાંચવામાં આવયા હતા તે વેલાએ ઉપલા "અંડર સેકરેટરી મી૦ બરૂશે" એક લંબાણ અને દાખલા દલીલો સાથનું વીદવતા ભરેલું ભાશાંણ કીધું હતું અને તેમાં આપેલી કેટલીક કીમતી વીગતો સરકારની મંજુરીઆત સાથ બાહેર પડેલી હોવાથી આખા ગરેટ બરીટનમાં તે ઉપર પુરતો ભરૂસો મુકવામાં આવયો હતો. આવાં માતેબર ભાશાંણ ઉપરથી ઉપજાવેલી થોડીક વીગતો હાલની બાબદને અનુસરતી હોવાથી અતરે રજુ કરવાની અગત વીચારીએ છીયે.

"મી૦ બરૂશે" ઢોરોની મરકીની બાબદને નજીવી નહી પણ અતીશય અગતની જણાવી હતી. આખા "યુનાઈટેડ કીંગડમના" ઢોરોની ગણતરીનો અડસટો તેણે ૮૦,૦૦,૦૦૦ નો જણાવયો, જે મધેનાં ૩૫,૦૦,૦૦૦ કરતાં વધુ ઈંગલંડ ખાતે, ૩૨,૫૦,૦૦૦ આયરલંડ ખાતે, અને સકોટલંડ ખાતે ૧૦,૦૦,૦૦૦ ઢોરોની સંખયા જણાતી હતી.

એ ઉપરાંત "ચાર કરોડ" મેંઢાં અને ૪૩,૦૦,૦૦૦ ડુકરો તો તદન જુદાં હતાં. માણસના ખોરાક માટેની આ ઓહોળી સંખયાની સાંમટી કીમત કેટલી બધી હોવી જોઈએ તે ઉપર આવતાં મી૦ બરૂસે આપણને એાચંબામાં નાખે એવી વીગતો જણાવી હતી. એ કીંમત અલબતાં આપણને અસાધારણ લાગશે, પણ વાંચનારે આટલું યાદ રાખવું કે દરરોજ માંસ ઉપર જીવનારાં લખો માણસની ભુમી "ગરેટ બરીટન" ના ૧૮૬૪ નાં સાલની એ કીમત જણાવામાં આવીછે અને વસતીના વધારા પરમાંણે ગોશપંદોની આટલી ઓહોલી સંખયા હોવા છતાં તે પુરતી નહી હોવાને લીધેજ તેમની કીમત એટલી બધી હોવી જોઇયે. દરએક ગાય ઢોરની કીમત મી૦ બરૂસ એક સો રૂપીયાની ગણેછે, અને દરએક ડુકર તથા મેંઢાંની કીમત માતર દશ દશ રૂપીઆ ગણતાં આટલી સાંમટી સંખયાનું સામટું મુલ ૧૨,૧૮,૦૦,૦૦૦ બાર કરોડ અઢાર લાખ રૂપયાનું થવા જાયછે. જે સવાલમાં કરોડો રૂપીઆનો જોખમ સમાયલો તે કોઇબી કહેશે કે નજીવો અથવા તુચ્છકારી કાહડવા જેવો તો હોયજ નહીં. માણસના ખોરાક અરથે ઉછેરવામાં આવતા એ ઢોરો, મેઢાંઓ, અને ડુકરો એક લેખે દેશની દોલત છે અને જેમનું સાંમતું મુલ ૧૨ કરોડ કરતાં વધુ તે કાંઈ જેવી તેવી નજીવી દોલત ગણાઇ શકે નહી. પણ ૧૮૬૪ ની આ ગણતરીની વીશ વરસ આગમજથી ગરેટ બરીટન ખાતે "ઢોરોની મરકી" મુશકલ ફેલાવા માંડી હતી, અને તેમની ખરાબી કેટલી બધી ભયકાર હશે તે ઢોરો માટે ખાસ ઉભી થયલી "વીમા કમપની"ના નીચલા હેવાલ ઉપરથી જણાશે. ઢોરોમાં જયારે ઘણીજ મરકી ફેલાવા લાગી અને ખેડુતો નાચારીમાં આવવા લાગા તયારે ૧૮૪૪ માં કેટલાક સાહાસીક પુરૂશોએ માણસની જીંદગીનાં વીમાની મીસાલ ઢોરોની જીંદગી ઉપર વીમો ઉતારવાનાં ખાતાં ઉભાં કીધાં અને તેઓ એમ ધારવા લાગા કે માતર તરણ અથવા સાહડા તરણ ટકાના "પરીમ્યમ" થી નુકસાંનીનો ખંગ વલી રેહેશે. આવી કીસમના વીમા ખાતર ઉપરાસાપરી ઘણાંક ખાતાંઓ ઉભા થયાં અને તરણ ટકાને બદલે સાત ટકા "પરીમ્યમ" લઇ જવામાં આવયું, વલી મરકીના મુલ તરીકે "આયરલંડ" ખાતેનાં ઢોરોને વીમા મધેથી તદન બાતલ કરવામાં આવયાં. તે છતાં ઢોરોની મરકીનું જોર એટલું બધું વધી પડયું કે મોટાંમાં મોટી વીમા કમપનીઓને પોતાનો હીસાબ બંધ પાડવાની ફરજ પડી હતી. વીમા કંમપનીઓમાં "ધી એગરીકલચરલ કેટલ ઇનશયુરનસ

કમપની" નામની સ્કોટલંડ દેશની કમપની ઘણા મોટા પાયા ઉપર ધીકતી હતી અને તે કંપનીના એક કાબેલ "સુપરીનટેંડટ" ૧૮૬૧ ના સાલની આપેલી વીગત ઉપરથી જણાયછે કે ૧૮૫૫ થી ૧૮૬૦ સુધીના છ વરસના અરસામા દર સાલ વીમા ઉતારેલા ૩૦,૦૦૦ ઢોરો મધેથી ૧૪૭૪ યાને નજદીક પાંચ ટકા જેટલાં ઢોરો મરણ પાંમતાં હતાં, જેમની સરાસરી રાસ દર ઢોરે એકસો પંદર રૂપીઆની ગણવામાં આવી હતી. એ તો માતર સ્કોટલંડની ગણતરી થઇ પણ એજ ગણુતરીને આધારો ઉપર આપેલા આખા ગરેટ બરીટનની સંખયા મધેની મરણની 'રાસ કાહડતાં છ વરસના અરસામાં દર વરસ ૩,૭૫,૦૦૦ મરણ નીપજવાં જોઇએ અને છ વરસની તેમની આખી સંખયા ૨૨,૨૫,૦૦૦ ની થવી જોઈયે, પણ એતો માતર ઢોરોનાં મરણની સંખયા થઇ પણ તેમનું સામટું મુલ કેટલુંક થતું હશે? ઢોરોનાજ માતર એ મરણથી દેશની દોલતને દર શાલ ૪,૩૧,૦૦,૦૦૦ રૂપયાનો ગોદો લાગવો જોઇએ અને છ શાલનું તેમનું સાંમટું નુકસાન તો ૨૬,૦૦,૦૦,૦૦૦ રૂપયાનું થવા જાયછે. છવીશ કરોડ રૂપયાની કીમતનાં ઢોરો છ વરસના ટુક અરસામાં જનાવરોની મરકી અથવા તેમને લગતાં દુખ દરદોના ભોગ થઇ પડી દેશની દોલતને એટલો બધો ગોદો લગાડે? તો શું તેવા ખોરાક વગર માણસનો જીવ રહેછે? શું તેને એટલાં બધા જોખમમાં જવાની કશી જરૂર છે? શું કુદરતે તેને લાયકનો ખોરાક એવી કીસમના કશા પણ જોખમ વગર પુરતા જથામાં નથી પુરો પાડયો? માસના ખોરાકની વાધાં ભરેલી રીતને લીધે દેશની દોલત કેટલી બધી વ્યરથ જાયછે અને તેટલીજ દોલત ઢોરોની વગર ભરોસાની પરવશીને બદલે ખેતીવાડી ઉપર ખરચાતી હોય તો દેશને કેટલો બધો લાભ થઇ શકે તે પ્રીય વાંચનારે પોતેજ વીચારવાનું છે.

માંસનાં ખોરાક ખાતર કેટલો બધો જોખમ ખેડવામાં આવેછે તે બતાવા ખાતર અમોએ ઢોરોની મરકીની ટુક ગણતરી આમની સભામાં કીધેલા મી૦ બરૂસનાં ભાશણ ઉપરથી આપીછે અને તેજ અમુલ્ય ભાશાન ઉપરથી મેંઢાં અને દુકરની મરકીની ગણતરીનો સામટો સરવાલો ધયાંનમાં લેતાં તે ભય ભરેલી હદ સુધી વધી જતો જણાયછે. સેંકડે ચાર ટકા જેટલાં મેંઢાઓ દર સાલ દરદોને લીધે મરણ પામેછે અને તેમનુજ માતર સામટું દામ દર સાલે (૧,૬૦,૦૦,૦૦૦) એક કરોડ સાહાઠ લાખ રૂપીયાનું થવા જાયછે. દુકરોની મરકી ઈંગલંડ

અને સ્કોટલંડ કરતાં આયરલંડમાં વધારેછે અને તે એટલી બધી કે આયરલંડ ખાતે સેંકડે દશ ટકા દુકરોના મરણની રાસ આવેછે અને આખા "યુનાઇટેડ કીંગડમ" ના દુકરોનાં દર શાલનાં મરણની ગણતરી તપાસતાં તેમનું મુલ (૧,૨૦,૦૦,૦૦૦) એક કરોડ વીશ લાખ રૂપીઆનું થવા જાયછે. અમોએ આગલ આપેલી ઢોરનાં મરણની વારસીક કીમતને ઉપલાં મેઢાં અને દુકરોની કીમત સાથ ઉમેરતાં દર સાલ યુનાઈટેડ કીંગડમને માતર ઢોરો, મેઢાં અને દુકરોનાં મરણથી ૬,૧૨,૦૦,૦૦૦ રૂપયાનો ગોદો ખમવો પડેછે. શું એ નાની સુની રકમ છે? શું એ નજીવું યા જેવું તેવું નુકસાન છે? વાંચનારે આટલું ધયાંનમાં રાખવું કે એ કાંઇ ભાજીપાલાનાં ખોરાકની હીમાયત ખાતર ઉભી થયલી મંડલી તરફની અચોકસ વગર ભરોસાની સહરાવ્રાત ભરેલી ગણતરી નથી. સરકારી ઓહદેદારોની ચોકસ ગણતરીનું એ ખાતરી પુરવક પરીણામ છે અને તેને નામદાર મહારાણીના તે વખતના "સેકરેટરી ઓફ સ્ટેટ ફોર ધી હોમ ડીપારટમેનટે" પોતાની ખાતરી કીધા પછી મજબુત ટેકો આપી દેશને એટલા બધા વાર્ષીક જોખમ મધેથી છોડવવા ખાતર બે અગતનાં "બીલો" આમની સભામાં રજુ કીધાં હતાં.

જનાવરોને લાગુ પડતાં જુદાં જુદાં દરદોનું ટુક વરણન અમો આગલ આપી ગયા છીયે અને તેમાં ખહીના સરખાં જીવલેણ દરદ માટે હમો જે બોલયા છીયે તેજ દરદ ગોસપંદોનાં અરધા અરધ ભાગનો દર સાલ ઘાંણ કાહાડી નાખે છે. "એગરીકલચરલ ઇનશુરનસ કમપની"ના ૧૮૪૮ ના સાલના રીપોરટ ઉપરથી જોવામાં આવેછે કે તે સાલમાં કેટલાક કસબાઓમાં એ કાતેલ દરદે હજારોની સંખયાનો ઘાણ કાહાડી નાખયો હતો. એજ વીમા કમપનીને ગયલી નુકસાનીનો મોટો ભાગ એજ દરદને આભારી થયો હતો નજદીક અરધાં અરધ ગોસપંદોનો ઘાણ કાહાડનારાં એ જીવલેણ દરદનું ખરૂં કારણ શું હોવું જોઈએ તે માટે તબીઓમાં ગમે એટલું મતફેર હોય તો પણ આપણે માટે એટલુંજ જાણવું અગતનું છે કે ખહીના સરખુ દુસ્ટ દરદ તેમને લાગુ પડી શકે છે અને બીજાં બધાં દરદો કરતાં એ દરદ વધુ પરમાણમાં તેમનો ભોગ લે છે. કેટલાક વઇદો એ દરદને ઉડતું હોય એમ માનતા નથી, પણ ઘણાકો ખાતરી આપેછે કે તે સહેલથી એક બીજાને લાગુ પડી શકે છે. યુનાઈટેડ કીંગડમના ખપ માટે યુરોપ અને અમેરીકા ખાતેથી તેમની મોટી સંખયાને લાવવામાં આવે છે પણ તે લાવતાં રસ્તામાં જે મુશકેલી

નડે છે તેને લીધે ઘણાંક ગોસપંદો એ દરદના સપાટામાં આવી જાય છે. પ્રથમ દેશના માહેલા ભાગો મધેથી તેમને લાંબી મંજલે ખદેરાવી લાવવામાં આવેછે, તયાર પછી વાંહાણો ઉપર સંકડાસવાલી જગામાં ખીચોખીચ સીચવામાં આવેછે. મુસાફરીને દરમયાંન ઠંડી, સરદી અને સુરજના તાપ સાંમે તે બીચારાંઓને કશો આશરો મલી શકતો નથી. ધારેલે ઠેકાણે આવી પોંહોંચતાં તેમને રેલવેના ગાડાંઓમાં વધારે સંકડાસથી સીચી શેહેરે શેહેર લેઈ જવામાં આવેછે જે ગાડાંઓ દરદી અને સાજાં ગોસપંદો માટે એક સરખી રીતે કામે લાગેછે અને તે ઉપરથી એ બાબદની પુરતી માહેતગારી ધરાવનારાઓનું ચોકસ મત છે કે એવી હાલતમાં દરદનું જોર વધી પડેછે તેજ માતર પુરવાર કરી આપેછે કે એ કાતેલ દરદ એક બીજાને ઉડતું હોવું જોઇએ.

માંસનાં ખોરાકની હાજત ખાતર દેશે દેશથી "યુનાઈટેડ કીંગડમ" ખાતે આટલા ઓહોલા જથામાં ગોસપંદો લાવવામાં આવે છે તે છતાં માસની મોઘવારી તે તરફ દર સાલ ચાલુજ રહેછે અને તેની કીમતમાં સાંમો વધારો થતો રહેછે. આ મોઘવારી તો ચોકસજ છે પણ તેના બે સબબો ધારવામાં આવેછે. એક તો એ કે તે દેશ દુનયામાં સરવેથી આબાદ અને માતબર દેશ છે અને તયાં જેમ જેમ આબાદાંની અને દ્રવ્ય વધતુ જાયછે તેમ તેમ માણસ જાતની સરવે હાજત જોગ ચીજોનું મુલ વધવું જોઇયે તેમ એ ખોરાકીનું દામ વધતું હોય અને બીજો સબબ ગોસપંદોની ઉપલી મરકી અને ખરાબીને લીધે છે. ઉપલા બેઉ સબબો તકરાર દાખલ કબુલ રાખયાથી પણ જણાય છે કે ગરીબોને લાયકનો એ ખોરાક નથી. તેમને એ બીલકુલ માફક આવી શકેજ નહી. ખસુસ કરી હીંદના સરખા ગરીબ અને મુફલેસ દેશને લાયકનો એ ખોરાકજ નથી.

ગોસપંદોની મરકી અને ખરાબીના ઉપલા બેઉ સબબો "યુનાઇટેડ કીંગડમ" માટે ખરા માનવામાં આવેછે પણ એટલામાંજ ગોસપંદોની મરકીની ખરાબી અટકતી નથી. માણસજાતને માટે વધારે ધાસતી ભરેલી ભયંકર ખરાબીની ગણતરીઓ તો હવે પછી આવેછે. દેખઇતી રીતે દરદોથી મરણ પાંમતાં ગોસપંદોની ગણતરી માતર અમો આપી ગયા છીએ પણ જેમ સઘલાંજ દરદી ઇનસાંનો એકદમ મરણ પાંમતાં નથી તેમ દરદોને વશ થયલાં બધાંજ ગોસપંદો અંતે પણ મરી જતાં હોય એમ કાંઇ નથી. દરદના સપાટામાં આવેલાં ગોસપંદો મરી તો

જવાનાજ એવી ધાસતીથી અને જો તેઓ મરણ પામ્યાં તો તેમનાં પાલણ અને ખરીદી માટે ખરચેલું સઘલું નાણું સદનતર પાણીમાં જાય એવી ધાસતીથી ઓછે અદકે દાંમે તેવાં દરદી ગોસપદોને કસાઈઓને ત્યાં વેચી નાખવામાં આવે છે અને કસાઇઓ તુરતા તુરત તેમને બીસમીલ્લા કરી તેમનામાંથી કાંઈ નાનો નફો કુટી કાહાડેછે. પણ તે દરદી જનાવરોનું માસ ખરીદનાર હજારો ઇનસાંનો કેટલો બધો જુલમ પોતાના સર ઉપર ખેંચેછે તેનો તેમને ઝાઝો વાચાર આવી શકતો નથી. આવી રીતે દર સાલ દરદી માંસનો ઓહોલો ખપ "યુનાઇટેડ કીંગડમ" માં થાય છે. એવાં દરદી માંસની ચોકસ ગણતરી કાહાડવી તદન મુશકેલ બલકે નહીજ બની શકે એવી છે. પરોફેસર ગામગી માતર અટકલ કરે છે કે તે દેશમાં દર સાલ જેટલું માસ માણસ જાતના ખોરાકને અરથે ખપતું હશે તેના પાંચમાં ભાગ જેટલું માસ ઉપર મુજબનાં દરદી જનાવરોનું હોવું જોઇયે. દહી, માખણ, છાસ, ઇતીયાદી બનાવનારાં ખાતાંઓની ચોકસ ગણતરી ઉપરથી "પરોફેસર ગાંમગી" એ બાબદને લગતો આપણને કાંઇક ખાતરીપુરવક ખયાલ આપી શકેછે. એડીનબરો ખાતેના એવી કીસમના ૮૮ ખાતાંઓ ઉપરથી તેણે ૧૮૬૨ના સાલનો એક હીસાબ ઉપજાવી કાહડયો છે. ઉપલાં ખાતાંઓ અસતકની ૧૮૩૯ ગાય મધેથી ૧૦૭૨ દરદી ગાય તે સાલમાં વેચી નાખવી પડી હતી જે મધેની ૭૯૧ ગાય માણસના ખોરાક અરથે કસાઇઓએ ખરીદી હતી અને બાકીની ૨૮૪ ગાય એટલી બધી દરદી હતી કે તે માણસના ખપમાં નહી ચાલી શકે એવી હોવાને ખાતર દુકરોને ખવાડવા ખાતર ખરીદવામાં આવી હતી, જે દુકરો આવા દરદી ખોરાક ઉપર ઉછેરીયા પછી માણસનાજ ખોરાક માટે જબે કરવાના હતા. એજ પરમાણે ડબલીન ખાતે ૩૧૫ ગાય મધેથી ૧૮૧ દરદી ગાય કસાઇઓને વેચવામાં આવી હતી. ડબલીન ખાતે ગાયોને માટે ચરવાની જગાની ઓહોલી સગવડ હોવાને લીધે તેમને વરસના મોટા ભાગવેર છુટી ચરવા મુકવામાં આવેછે અને તેથી તેઓ બીજા શેહેરો કરતાં તે તરફ વધારે તંદરોસત હાલતમાં રહી શકેછે. એજ પ્રમાણે લંડન, મેનચેસટર, જેવાં શેહેરોમાં દરદી ગાયોનું નુકસાન ઓછું નથી. ડબલીનની ગરીબાઈ અને દરદી ગાયોના ખરીદદારોની તંગાસને લીધે જ્યારે ડબલીન ખાતે એવી દરએક ગાયો માતર વીસથી પચીશ રૂપીયા ઉપજાવી શકેછે તયારે લંડન અથવા એડીનબરો ખાતે એવી દરદી ગાયો ઉપર પણ ખરીદદારોની તૂટાતૂટ પડેછે અને દરએકની કીમત એક સોથી બસો રૂપયા સુધી ઉપજી શકેછે.

લંડન ખાતે સરકાર તરફથી દરદી માંસને જપત કરવામાં આવેછે અને તે છતાં તે તરેહવાર હીકમતથી ધમધોકાર વેચાય છે. "પરોફેસર ગામગી" કહેછે કે લનડનના ખાનગી કસાઇખાનાંઓમાં બેહદ દરદી માંસને બાહેરથી "પોલીશ" આપી સફાઈદાર બનાવાના કામ ઉપર રોકાયલા કેટલાક ખાટકીઓને દીઠા હતા. આ નજીસ કરતુક જ્યારે કરવામાં આવેછે ત્યારે ઘણાંક દરદી ગોસપંદોની સાથ એક ફરએ અને ચરબીદાર ગોધાને કાપવામાં આવેછે. પાસે કકડા પડતું ગરમ પાણી રાખવામાં આવે છે અને તે ફરએ જનાવરનાં આંગ ઉપરની ચામડી ઉતારયા પછી પેલાં દરદી માંસ ઉપર પેલી ફરએ ગોધાની ચરબી સારી, કાની રગડવામાં આવેછે. વલી ગરમ પાણીનાં પોતાં તે ઉપર મુકી રાખી તે ચરબીને ગરમ રાખ્યાથી તે ગોશ તરતનું તાજુંજ કાપેલું હોય એમ લાગેછે. આવી રીતે દુરબલ, દરદી, લોહી વગરના માંસને ફરએ જનાવરનાં માંસના સરખું રૂપ આપી ઘરાકોને ઠગવામાં આવેછે અને હજારો ઘરાકો તેજ ગોસ સરસમાં સરસ ગોસ તરીકે ખરીદી હરખાતાં હરખાતાં ઘર પધારેછે—પણ ગરીબ બાપડાઓને ખબર નથી કે તેઓ જે ચીજ ખોરાક તરીકે લેઇ જાયછે તે ખરેખર તો ખોરાકને બદલે ગોયા એક જાતનું જેહેર છે અને તેમની જીંદગીની નહીં તો તંદરોસતીની હાણી કરનારૂં તે એક નજીસ સાધન છે. "પરોફેસર ગામગી" કહેછે કે મેં "એડીનબરો" ખાતે કેટલાંક એવાં તો નાતવાન અને દરદી ઘેટાંઓ દીઠાં હતાં કે તેમનાં આંગ ઉપર ચરબીની જરાપણ નીશાંન વદીક જણાતી નહીં હતી. તે છતાં ખાટકીઓએ તેજ દરદી ઘેટાંના માંસને તદરોસતુ મેંઢાંની ચરબીનું એવું સરસ અસતર આપ્યું હતું કે જાણે તે તંદરોસતમાં તંદરોસત ઘેટાંનુંજ માસ હોય. વલી બીજા પોતીકા ભાઇબંધોની સાથ એક વખતે એજ વીદવાન ગ્રહસ્થે એક ઠેકાંણે એક દરદી ગોસપંદના શરીરનો થોડોક ભાગ વેચવા મુકેલો જોયો હતો, પણ તેજ ગોસપંદને ગલાંનું દરદ લાગુ પડેલું હોવાથી તેના ગલાં આગલના ભાગ ઉપરથી કાઇ ગેલનોને હીસાબે પરૂ વેહેતું હતું અને તેનાં ફેફસાં ઉપર મોટાં મોટાં "એબસેસ" થયલાં હતાં. "એડીનબરો" ખાતે દર અઠવાડયે એકસોથી બસો સુધી દરદી હાલતના ઢોરોને કસાઇઓને વેચી નાંખવામાં આવેછે. "ડબલીન"નાં બાબમાં ૧૮૬૨ના સાલના ડીસેમબર માસની ૧૮ મી તારીખના લંડન ટાઇમસમાં લખેછે કે:—"ગોસપંદોના દરદો અને મરકીને લગતું "પરોફેસર ગેમગી"નું એક ભાશણ સાંભલવનો

"ધી રોયલ ડબલીન સોસાટી"ની એક બેઠક ગયા સનીવારને દીવસે મલી હતી. ભાશાનની આખેરીએ ગોસપંદોના વેચાણ સાટાંણુના મોટા વેપારી મી૦ ગેનલીએ એક અસાધારણ બીના જણાવી હતી. તેણે કહયું કે દરદી જનાવરોના બાબમાં જ્યાંસુધી ખેડુતોને કોઇપણ જાતના બદલો આપવાની ગોઠવણ થશે નહીં ત્યાં સુધી ખેડુતોને તેમનાં દરદી ગોસપંદો વેચી નાખતાં તમે અટકાવી શકશો નહીં અને કસાઇઓને તેજ દરદી જનાવરોને જબે કરી તેમનું માંસ માણુસ જાતના ખોરાક તરીકે વેચતાં પણ અટકાવી શકશો નહીં. જયાં સુધી એવી એક મંડલી ઉભી કરવામાં આવશે નહીં કે જે. સુધલાં દરદી માંસનું ઘટતું દામ ચુકવી આપે તયાં સુધી તે માસ કપાશે, વેચાશે, અને માણુસજાતના ખાધામાં પણ ચાલુ રેહેશે. એ બાબદ છુપાવાની યા ઉડાવાની નથી. દરેક ખેડુત પોતાના દરદી ઢોરો વેચી નાખેછે તે એવી રીતે વેચી નાખયા વગર ખેડુતો જમીનનું ભાડું ભરી શકેજ નહીં, અને જનાવરોનાં દરદોનો એટલો બધો ફેલાવો થાયછે કે જો તેવાં દરદી ગોસપંદોને મરવા દીયે અથવા તેમને નાશ પામવા દીયે તો પછી ખેડુતો પોતાનું ગુજરાન પણ ચલાવી શકે નહીં." વાંચનારે આ ઉપરથીજ જોઇ લેવું કે ખેડુતો પોતે કબુલ કરે છે કે જેવાં તેમના અસતકમાં ગાય ઢોર દરદી હાલતમાં જણાયછે કે તુરત તેમને કસાઇને અસતક વેચી નાખવામાં આવેછે, કસાઇઓ તેમને કાપી વાહરી તનદરોસત ગોસપંદોની ચરબીનું અસતર આપી ફ્રરબે ગોશ તરીકે દગાઇથી વેચેછે અને તેજ ગોશ ખરીદવામાં કેટલો બધો જોખમ માથે હોરવામાં આવતો હશે? પરોફેસર ગેમગી જેવા વીદવાનની વરસો સુધીની અજમાએસ અને જોસતેજોથી એ સરવે પુરવાર થયુંછે. એ પુરાવાને આધારે સુધરેલાં ઇંગલંડમાં સરકાર તરફની બંધીના ધારાઓ પણ ઘડાયા છે અને તેમને મજબુતીથી અમલમાં લાવવામાં પણ આવેછે, તે છતાં જયારે તે તરફ દરદી માંસનો અટકાવ ઝાઝો થઇ શકતો નથી તયારે આપણા દેશના માંસ ખાનારાઓની હાલત કેટલી બધી ધાસતી ભરેલી હશે. ખરેખર જો જીંદગીને ખાતર નહીં તો એક તંદરોસતી જે હજાર નીયામત સરખી છે તે અમુલય તંદરોસતીને ખાતર શું માસના ખોરાક વગર સમજુ, દુરઅંદેશ અને દાનાવ ઇનસાનનો જીવ રડેછે?

માણુસ જાતના દરરોજના ખાધામાં આવતાં માંસનો મોટો ભાગ દરદી હોયછે એટલું હમો આગલ બતાવી ગયા છીયે. હવે તપાસવાનુ બાકી એ છે કે માણુસજાતની તંદરોસતીને એવી કીસમનું દરદી માંસ

નુકસાનકારક છે કે નહીં. કયાં કયાં પરકારનાં દરદો જનાવરોને લાગુ પડી શકેછે તેનો મનમાનતો ખયાલ વાંચનારનાં મગજ ઉપર ઠસાવવાની હમોએ બનતી કોશેશ કીધીછે. તે સરવે પરકારનાં દરદવાલાં જનાવરોનું માંસ માણસજાતને નુકસાનકારક થઇ પડેછે એમ કહી અમો ખોટી સહરાઘાત કરવા માગતા નથી. કેટલીક જાતનું દરદી માંસ દેખઇતું નુકશાન ઝાઝું કરી શકતું નથી. વલી તેમને આતશની ગરમી આપી સારીકાની પકાવ્યાથી કેટલીક જાતનું દરદી માંસ ચોખું થઇ શકેછે અને તે એટલે બધે દરજજે સુધરી શકેછે કે મી૦ સાઇમન નામનો વીદવાન કહે છે તે પ્રમાણે the strong disinfectant chemistry of digestion. દરદી માસની ઘણીખરી ઘાસતીને દુર કરી શકેછે. સારી રીતે પકાવયાથી દરદી માંસનો કેટલોક નુકસાનકારક ગુણ એ રીતે નીકલી જતો અથવા ઓછો થતો હશે એ કબુલ રાખવા છતાં હમેશાંજ તેમ બનતું નથી અને કેટલીકવાર ગમે એવી રીતે પકાવવા છતાં દરદી માંસ ખાધામાં લીધાથી ભય ભરેલાં પરીણામો નીપજી શકેછે તેને લગતા કેટલાક ખાતરી પુરવક દાખલાઓ નામીચા તબીબોના અનુભવમાં આવી ચુકા છે. "એડીનબરોની યુનીવરસીટી"ના "પરોફેસર મેકલેગને" ૧૮૬૨ ના જાનેવારી માસની ૨૯ મી તારીખે એક જાહેર સભામાં જણાવ્યું હતું કે લાંબા વખતની એક વઇદ તરીકેની મારી અજમાએસમાં મેં વારંવાર જોયું છે કે માંસનો ખોરાક ખાધા પછી તુરત ઘણાકોને બેચેની થઇ આવતી હતી, પણ તેમના ખાધામાં આવેલાં માસની તપાસ કરતાં તેમાં કોઈબી પરકારની ઝેરી વસતુ અથવા તદન સડો લાગેલી હાલતનું માસ તે માલમ પડયું ન હતું. ૧૮૬૩ના જાનેવારી માસની તા૦ ૧૨ મીના પોતાના એક પતરમાં નામીચો ડાકટર આલફરેડ એસ. ટેલર એફ. આર. એસ. લખી જણાવેછે કે "એક સાધારણ નીયમ તરીકે હું ધારૂં છું કે દરદી માંસ માણસ જાતના ખોરાક તરીકે તદન નાલાયક અને નજીસ પદારથ છે." વલી તે આગલ વધી જણાવેછે કે મારી "પરાકટીસ"માં માણસોને ઝેર લાગવાના ઘણાક દાખલાઓ જોયા હતા, જેમને માટે તપાસ કરતાં આટલીજ ખાતરી થઈ હતી કે સડવા માડેલાં અને દરદી માંસના ખોરાકનીજ તે અસર હતી. દરદી માસના ખોરાકથી બે જણાઓના જીવ ગયા હતા તે હજી મને યાદ છે. Sttaggers નામનું એક ચોકસ દરદ જે ઘોડાઓ તથા મેઢાંઓને લાગુ પડી શકેછે તે દરદવાલાં મેઢાંનું માંસ ખાધાથી એક જણ મરણ પાંમયો હતો.

અને બીજો "જરમન સેાસેજીસ" નેા ભેાગ થઇ પડયેા હતેા. Sausage નામની માસની જે વાંણી બનાવામાં આવેછે તેમાં ગમે એવું પણ દરદી માંસ સેહેલાઇથી ચાલી જાયછે અને ખસુસ કરીને જે માસ બાહેરથી દરદી, નબલું, અથવા રસકસ વગરનું જણાઇ આવે તે "સેાસેજ"માંજ વાપરી દેવામાં આવેછે કેમકે એ વાણીમાં માંસનેા ઝીણેા ખીમેા કરી તે ઉપર તરેહવાર ચીજોનું અસતર આપી દેવામાં આવેછે અને તેથી ખાનારના જોવામાં માંસની ખરી હાલત બીલકુલ આવી શકતી નથી. માંસનેા ખેારાક ખાધા પછી જયારે વૅામીટ થઇ જાહડેા છુટી જાયછે તયારે ખાનારને એવું ગુમાન જાયછે કે તેના ખાધામાં કાંઇ પણ ઝેરી વસતુ આવી હશે અને તે ઉપરથી તેઓએ ઉપલા તબીબ પાસ તપાસ કરવાને તેમના ખાધામાં આવેલાં માંસની વાંણીઓ મેાકલી આપી હતી પંણ તે મધેથી કોઈ પણ જાતનું ઝેર તેને મલી આવયું ન હતું અને તે ઉપરથી, તે માનેછે કે ખરૂં ઝેર તેા તે દરદી માંસજ હેાવું જોઈયે. બીજો નામીચેા "ડાકટર લીથબી" કહેછે કે દરદી માસથી માણસની તંદરેાસતી ઉપર જે માઠી અસર થાયછે તે માટેનેા મારેા વીચાર હવે તદનજ ચેાકશ થયલેા છે. દરદી માસની મેાહેાકાંણેા મેં એટલી બધી તેા વધી પડેલી જોઇ છે કે ધારાની બંધીથી તેનેા અટકાવ કરાવા ખાતર હવે એક ઘડીનેા પણ વીલંબ લગાડવેા નહી જોઇએ. દરદી માંસને બજારમાં વેચાતું અટકાવવાનીજ માતર અગત નથી પણ દરદી ગેાસપંદેાને પરથમ જબે કરતાંજ સખત ધારાઓથી અટકાવવાં જોઇયે. યુરેાપમાં એવા ધારાઓ મેાજુદ છે અને ગરેટ બરીટનમાં તેમની મેાટી જરૂર છે. વાંચનારે અતરે ધ્યાનમાં રાખવું કે એ વીચારેા પા સદી ઉપર જણાવેલા હતા અને ત્યારપછી ગરેટ બરીટનમાં પણ આ ધારાઓ ચાલુ કરવામાં આવ્યા છે. "ડાકટર લીથબી" કહેછે કે મારા હાથ તલેના અમલદારેાએ પેાતાના કસબાની બજારેા મધેથી દર અઠવાડયે એકથી બે "ટન" જેટલું દરદી માંસ પકડીને જપત કીધું હતું. ગયે વરસે અમેાએ બધું મલી ૧૧૦૦૪૬ રતલ ગેાસ બજારમાં વેચાતું અટકાવયું હતું, જે મધે ૭૮૬૯૭ રતલ દરદી હતું અને ૧૩૯૪૪ રતલ જબે કીધેલાં નહીં પણ પેાતાની મેલે મરણ પામેલાં જનાવરેાનું માસ હતું. એવી કીસમનું નુકસાનકારક માસ વેચનારાઓને અમેા કેારટમાં વારંવાર ઘસડી લઇ જતા અને તેમને દંડનીજ નહીં પણ કેદખાંનાનીબી સજા કરાવામાં આવતી હતી. હું ધારૂં છું કે

ગોસપનદોને જબે કરવાનીજ આગમજ કામેલ અમલદારો પાસ તેમની તપાસ કરાવામાં આવે તો દરદી માસની એ પીડાકારીઓનો ઘણેક દરજજે અટકાવ થઇ શકશે. એવી કીસમના દરદી માસના ખોરાકની માઠી અસરના ઘણાક દાખલાઓ મારા જોવામાં આવયાછે. હું તે મધેનો માતર એકજ દાખલો અતરે રજુ કરૂંછુ જે મારા ધારવા પરમાણે કોઇનીબી ખાતરી માટે પુરતો થઇ પડશે. ૧૮૯૦ ના નવેમબર માસમાં એક દરદી ગાયનો થોડોક ભાગ "નીયુગેટ" ની બજારમાંથી ખરીદવામાં આવયો હતો. એ માંસ લંડન ખાતેથી વેચાવા આવયું હતું. "ઈંગ્ગ્લેનડ"ના "સોસેજ" બનાવનારે તે ભાગ ખરીદયો હતો, અને અમે ઉપર કહયું તેમ ખરાબમાં ખરાબ માંસ માતર "સોસેજ" માંજ વાપડવામાં આવે છે તેમ તે દરદી ગાયના માંસના પણ "સોસેજીસ" બનાવવામાં આવયા. આ "સોસેજીસ" ઉપર ૬૬ જણાઓએ મારો ચલાવયો, અને તેઓ મધેના ૬૪ જણાઓ તુરત ભયભરેલી માંદગીમાં આવી પડયા. સરવેનો એકી વખતે ઝારો છુટી ગયો, ઉલટી થવા લાગી, ચકરી આવવા લાગી, અને જેમ "કોલેરા"ની આગલ વધી ગયલી હાલતમાં સુસતી અને બેભાંની ગલએ કરેછે તેમ જીવ શકતી સુસત મારી ગયાથી ઘણાકો બેભાંન થઇ પડયા. તેઓ મધેનો એક જન થોડા કલાકમાં મરણ પામયો અને "કોરોનરે" મને તે માટે તપાસ ચલાવવાની અરજ કીધી. તેમના ખાવામાં આવેલા "સોસેજીસ" મેં તપાસ સારૂ મંગાવ્યા અને હું ધારતો હતો કે વાસણને બરાબર કલાઈ નહી હોવાથી અથવા એવીજ બીજી કસુરને લીધે વાસણનું ઝેર ખોરાકમાં ઓગલેછે તેવુંજ કાંઈ આ બનાવમાં પણ બનયું હશે. પણ તપાસ ચલાવતાં તેવી કીસમનું ઝેર મને બીલકુલ મલી શકયું નહી. સઘલી તપાસ ખલાસ થતાં મને એટલોજ અભીપ્રાય આપવો પડયો કે માંસ પોતેજ જાતે દરદી હતું, અને સરવેની માંદગીનો ખરો સબબ કાંઈજ નહી પણ દરદી માંસના "સોસેજીસ" હતા.

આફ્રીકા દેશનો નામીચો મુસાફર અને શોધક ડાકટર "લીવીંગસટન" કહેછે કે ખહીના મરજથી મરણ પામેલા જનાવરનું ગોસ જ્યારેબી આફ્રીકા ખાતેના દેશીઓ ખાધામાં લેતા અને તે ગોસ ગમે એવી રીતે સંભાલથી પકાવવામાં આવતું તે છતાં તેમને તુરત પાઠાંના જેવું દરદ ઉભરી આવતું હતું. કહેછે કે ઘણાક વરસો સુધી પાઠાં અને ગડ ગુમડાંનું દરદ ગરેટ બરીટન ખાતે પણ ઉભરી નીકલયું હતું એતો સરવેને જાણીતી બીના છે. સકોટલંડ દેશના "રેજીસટરાર જનરલે" પોતે એ

બીના તરફ સરવેનું ધયાંન ખેંચેલું છે. "પરોફેસર ગામગી" કહે છે કે ઉપલા વીચારને હું બોલેબોલ મલતો થાઉંછું. મેં ઘણીવાર "બોરડીંગ સ્કુલોમાં" વીદયારથીઓને અપાતા માંસના ખોરાક ઉપરથી તેમના પેટ છુટી ગયલાં, વામીટ કરતા, અને પેટમાં સખત ચુકો થઇ આવેલો જોયો છે. ઘણું કરી "બીફ સટીક" ખાધાથી એવી અસર થતી વારંવાર મેં દીઠી છે. મારા હાથ તલેના ચેલાઓ મધેથી તરણ જણાઓને એકજ વખતે એવી કીસમની માંદગીમાં આવી પડેલા મેં જોયા હતા, ખાણું ખાધા પછી બે તરણ કલાકમાં તેમને સખત ચુકો થઈ આવયો, પેટ છુટી ગયાં, દમ બાંધીને વોમીટ થવા લાગું, અને કેટલાક કલાકોવેર તેમની એવી હાલત ચાલુ રહી હતી. તેઓએ ખાના ઉપર ઉપલી "બીફ સ્ટીક" ઉપરાંત રોટી, પપેટા અને પાણી સીવાય બીજુ કાંઈ પણ ખાધુ ન હતું. એજ પરમાણે બીજી વેલાએ બે જણાંઓ એવીજ કીસમની માંદગીના સપાટામાં આવી પડયા હતા, પણ બીજે દીને તેમના ખાધા પછી વધેલી "બીફ સટીક" બબરચીના ખાધામાં આવયાથી તેની ઉપર પણ તેવીજ રીતની અસર થઇ હતી અને તયારે ખાતરી પુરવક રીતે જાણવામાં આવયું હતું કે તે મોહોકાણુ બીફ સટીકના દરદી માંસનીજ હતી. આવી કીસમના ખાતરી પુરવક દાખલાઓ જણાવયા પછી "પરોફેસર ગામગી" કહેછે કે દરદી માંસ હંમેશાં જેહેરના સરખી કાતેલ અસર કરી શકેછે કે નહી તે હજી કદાચ અચોકસ બીના ગણાય તો પણ શરીરની પુસ્ટીને લાયક તે ખોરાકજ નથી એ તો ચોકસજ છે. હવે અમે પુછયે છીયે કે જે ખોરાક શરીરની પુશટીને લાયકનો નહી હોય તે ઉપર ગુમાવેલો ખરચ સરવેથી વધુ કોણને ભારી પડેછે? અલબતાં કોઈબી કહેશે કે "ગરીબોને." માતબરો પોતાના પઈસાના બલથી પોતાના દરરોજના ખાધાપીધામા ઘણીક વગર જરૂરની ચીજો માતર શોખને અરથે વાપડે છે. તેમને કદાચ લાલમ લાલ ઉંચા પણ વગર જરૂરના શરાબોની, બદહજમી વધારનારી મીઠાઈઓ અને "પેસ્ત્રીઓની" મીશાલ તરેહવાર દરદોવાલાં ગોસપંદોનું માંસ ખાલી શોખને ખાતર ચાલી શકે પણ જે ગરીબોને પોતાના દરરોજના ખોરાક અરથે એક દોહોડયું ખરચી તે દોહોડયાંના બદલામાં શરીરને પુરતી પુશટી મલે એટલો પુરતો અવેજ મેલવવાની ખાસ ફરજ છે, તેમને માટે એવું દરદી માંસ નકામું છે. એક રતલ માસની અચોકસ હાલત છતાં જે ગરીબ માણુસ તે ઉપર બે આના ગુમાવી દીયે તેનાં કરતાં

તેટલીજ બે આનાંની પુંજીમાં ભાજીપાલા અને ભાતભાતના અનાજ મધેથી પુરેપુરી પુશટી મલે એવો ખોરાક શું તે સેહેલાઇથી મેલવી શકતો નથી? ગરીબોની મોટામાં મોટી મુશકેલી દરરોજનો "પેટનો ખાડો" પુરવાની છે, તે અમે કબુલ કરીએ છીએ પણ જો તેઓ પુરતી દુરઅંદેશી અને ડાહપણથી ચાલી નકામા શોખોમાં તણાવાનુ છોડી દેઇ—પોતાનાં શરીરના બાંધાની તંદરોસતી અને મજબુતી જલવાય એવી રીતે જીવવા માંગતા હોય તો તે "ખાડો પુરવાની" ઘણીક વગર જરૂરની મુશકેલીઓ તેઓ સેહેલાઇથી હટાવી શકે. ગરીબો માંસના ખોરાક ઉપરના ભુલભરેલા વીસવાસથી પોતાની ગરીબાઇમાં દરરોજ વધારે અને વધારે ડુબતા રહે. એ ખરેખર અફસોસકારક છે પણ અમુને ઊમેદ છે કે યુરોપયન વીદવાનોને આધારે ગરીબોની જીંદગી સેહેલાઇથી નીભી શકે એવો જે "રોયલ રોડ" યાને પાદશાહી રસતો અમો બતાવીએ છીએ તે ઉપર રફતે રફતે ધયાંન પુગાડયાથી તેમની ઘણી ખરી દલીદરતા દુર થઇ શકશે.

કેમ શરૂ કરશોજી?

દરએક વાતની શરૂઆત મુશકેલ હોય તો પછી વરસો સુધી જેઓ માસ ઉપર ઉધર્યા હોય તેઓ માટે એકદમ માસનો ખોરાક તજી દેઇ ભાજીપાલાના ખોરાક ઉપર આવવું તેની શરૂઆત માટે ખરેખર ઘણું મુશકેલ છે. દુરઅંદેશી અને ડાહપણ વગરના, ઉતાવલ અને હુલડાઇથી કીધેલા ફેરફારથી તેમને ભાજીપાલાનો ખોરાક અકારો થઇ પડેછે અને પાછું અસલી રાહ ઉપર આવવું પડેછે. બધી વાતનો ઉતાવલો ફેરફાર નુકસાનકારક છે, અને ખસુસ કરીને ખાધા પીધાનો ફેરફાર જેમ બને તેમ ધીમો, રફતે રફતે અને તંનદરોસતી તથા શરીરના બાંધાને માફક આવે એવી રીતે થવો જોઇયે. હું એક ભાજીખાઉ છુ, અને ભાજીપાલાના ખોરાકનો હીમાયતી છું, પણ તે ઉપરથી માફક આવે કે નહી, અને તે છતાં દરએક જણને માંસનો ખોરાક તજી દઇ એકદમ કુવામાં પડવાની મુરખાઇ ભરેલી ભલાંમણ કરી શકતો નથી, કેમકે એવી ભલામણથી મારી ખાતરી છે કે જે ખોરાકની હું જાબજા હીમાયત કરૂંછું તેજ ખુદરતી ખોરાક ઉતાવલા અને હુલડાઇ ભરેલા અખતરાઓથી બદનામીમાં આવી પડેછે. પરથમ મારા વાંચનારાઓ મધેથી જેઓ ઇગરેજી વાંચી શકતા હોય તેમને મારી ભલામણ એટલીજ છે કે માંસનો ખોરાક તજી દેવાનો તમો ઠેડાવ કરો તેની પરથમ જો બની શકે તો "ગરેહેમ" નામનાં

વીદવાનની 'સાયનસ ઓફ હ્યુમન લાઈફ' અને "જોન સમીથ"ની બનાવેલી "ફ્રુટસ અને ફેરીનેશીઆ" નામની બે નાની કેતાબો ધીરજથી એવી રીતે વાંચવી કે જે બરોબર મન ઉપર ઠસી રહે. આ બેહુ ઘણા મોટા દફતરો નથી, કંટાલા ભરેલાં પણ નથી, પેહેલું આઠ આને અને બીજું ચાર આનામાં મલી શકશે. જેઓ ઈંગરેજી વાંચી શકતા હોય તેમને તે અસલ લખાંણો વાંચી જોવાની મારી આજરખાઈ ભરેલી અરજછે. અલબતાં એ અરજ તેમને માટે વધારેછે કે જેઓ માસનો ખોરાક તજી દેઈ ભાજીપાલા ઉપર હવે પછી જીવવા માંગતા હોય. એટલી એક ભલાંમણ પછી જેઓ ભાજીપાલાના ખોરાક તરફ વટલવા માગતા હોય તેમને બીજી કેટલીક ચેતવણીની જરૂરછે. દરેક વાતનો ફેરફાર—પછી સારો યા માંઠો—પરથમ અગવડ ભરેલો અને મુશકેલ હોય છે તેટલાં ખાતર એવો ફેરફાર કરનારાઓએ પરથમ ધયાંનમાં રાખવું જોઇએ કેઃ—

૧ લું. ખંતીપણે વલગી રેહેજો,—માંસનો ખોરાક તજયા પછી થોડા દીવસની અજમાએશ પછી ભાજીપાલાનો ખોરાક નજીવાં કારણસર તજી દેતા ના. એ સુભ ફેરફારની ખુબી અથવા ફાયદો તમે ખોલી રીતે જોઇ ,શકશો નહી તેની આગમજ તમારા બાંધામાં સુધારો થવા માંડશે.

૨જુ. તમે તમારૂં કામ ધ્યાંનમાં રાખજો,—તમે શા સબબસર માંસનો ખોરાક તજી દેવો છો, અને કયા લાભની આશાથી ભાજીપાલાનો ખોરાક લેવા માગોછો તે ખુબ રીતે ધયાંનમાં રાખજો. તયાર પછી ખોટા વેહેમો, ખોટી સુગો, અને ખોટા તુરંગો ઉપર અમલ કરવાને બદલે ખાધાપીધાને લગતા સાધારણ અકલમાં સેહેલાઇથી ઉતરી શકે એવા નીયમો ઉપર અમલ કરજો. જેમ દરરોજ ખોરાક કેટલો લેવો તેના વજન સાથ તેનો સારો માઠો ગુણ તપાસવો જોઇએ. જેમ સડેલું માંસ તેમજ સડેલો અનાજ અથવા ભાજી તરકારી પણ નુકસાનકારક હોયછે. જેમ માંસના ખોરાકનું એધીપણું તેમજ ભાજીપાલાના ખોરાકનું એધીપણું પણ એક સરખું નુકસાંનકારક છે, માટે ભાજીપાલાનો ખોરાક ચાલુ કીધા પછી તે એધીની મીસાલ ખાધાથી અથવા તે બરોબર પસંદ નહી કીધાથી તમો ભાજીપાલાના ખોરાકને ખોટી બદનામીમાં લાવી નાખશો માટે તેની સંભાલ રાખજો. જુદી જુદી મોહોસમનો ખોરાક જુદો જુદો હોયછે. જુવાનીનો ખોરાક ઘડપણમાં ચાલી શકતો નથી. તનની અને મનની મેહેનત કરનારાઓએ પોતપોતાને માફક આવતો

ખોરાક લેવો જોઇએ માટે માફક આવતો, પસંદ પડતો અને પચતો ખોરાક લેવો જોઇએ. બની શકે તો માણસના શરીરની અને ખાધખોરાકીની વીદયાનો અભયાસ કરજો, અને ખોરાકીને લગતા બીજાઓના અનુભવ ઉપર ધયાન આપતા રેહેજો.

૩જુ. પુરતો નાસતો લેજો,–જેમને બપોરના ખાવાની પુરતી જોગવાઈ નહીં હોય, જેઓ મેહેનત મજુરીમાં રોકાયાથી બપોરના ખાવાની જેમને ફુરસદજ નહી હોય અથવા જેઓને બપોરના સહેજ સુકુંપાકું ખાઈ આખા દીવસ સખત મજુરીમાં ગુજારવાનો હોય તેઓએ સવારના પુરતો અને સંગીન નાસતો લેવાની સંભાલ લેવી જોઇએ. સાધારણ લોકોની રીત પરમાણે સફેદ પાઉ માખણ અને કાફીના એક પયાલાં પછી સખત મેહેનત મજુરીમાં પડવાની ભુલ કરતા ના. એટલો ખોરાક આખા દીવસની થાકને માટે બીલકુલ અનુસરતો નથી. ઉદયોગી વરગના મેહેનતુ માણસોએ એ ઉપર પુરતું ધયાંન આપવુંજ જોઈએ.

૪ થું. એકની એક વાંણી ખાતા ના, ખુદરતની કરમ બક્ષેસથી ફલફલાદી, તર તરકારી, અને ભાતભાતના અનાજોની એટલી બધી તો પેદાશો આપણી સાંમે પડેલીછે કે એકની એક ચીજ અથવા એકની એકજ વાણીને વલગી રેહેવાની જરા પણ જરૂર નથી. વારંવાર તપાસેલી વાણીઓ ઉપરાંત હર વેલાએ નવી વાણીઓની તપાશ લેતા જજો, તેમાં ખસુસ કરીને તાજી ફલફલાદીનો મહાવરો રાખજો. જે ફલો તમારે હાથે ઉગાડેલો હશે તે વધારે સવાદ આપી શકશે.

૫ મું. ચાવવાની ફરજ પડે એવો ખોરાક પસંદ કરજો,—જેઓ નરમ, પોચો અથવા પરવાહી પદારથ વધારે લે છે તેમની પાચન શકતી ઉપર ઘણીક મુશકેલી આવી પડે છે, કેમકે ખોરાકને હજમ કરવા ખાતર આપણાં મોહડાંમાં જે એક જાતનો રસ છુટે છે અને જેને આપણ થુકના નજીસ નામથી ઓલખીયે છીયે તે ખોરાકના પાચન અરથે અમુલય સાધન છે અને બરોબર ચાવયાથી તે ચાવેલો ખુરાક જેમ જેમ તે લબ સાથ મલતો જાયછે તેમ તેમ તે ખોરાક ઘણી સેહેલાઇથી પચી શકેછે પણ નરમ, અને પોચો ખોરાક જે બીલકુલ ચાવવોજ પડે નહી તે લબ સાથ મલતો નથી અને તેથી તે બરોબર પચાવતાં હોજરીને

માટે ભારે મુશકેલી આવી પડેછે એટલા ખાતર ખીરના સરખી નરમ વાંણી જેને ઇંગરેજીમાં "પોરીજ" કહેછે તે તેમજ સેરવો, પુડીંગ અને એવી જાતનો ખુરાક હાથ રાખીને સંભાલથી થોડો થોડો લેવો જોઇએ, અથવા એવા ખોરાક સાથ પાંઉના સરખો નકર ખોરાક જે ચાવવાની ફરજ પડે તેવો લેતાં રેહેવું જોઇએ.

૬ ઠું. પીવાનું થોડું રાખજો,—ખોરાક હંમેશા પરવાહીને બદલે નકર હાલતનોજ પસંદ રાખજો, અગર જો ફલફલાદીનો મોટો ભાગ ખાધામાં લેશો, મીઠાઇ, ગરમ ખોરાક, અને દારૂઓથી દુર રેહેશો અને દર રોજ બરાબર આખું આંગ ધોતા રેહેશો, તો ખાતી વેલાએ ઝાંઝાં પાણીની અગત પડશે નહી. ખાતી વેલાએ ઘણી ચાહ, કાફી, અથવા કોઇબી જાતનો પ્રવાહી પદાર્થ લીધાથી ખોરાક બરાબર ચવાતો નથી અને ચાવયા વગર ગળાં મધેથી પસાર થઈ ગયલો ખોરાક જરપત થવો મુશકેલ હોયછે.

૭ મું. હાથના બનાવેલાને બદલે ખુદરતી ખોરાક પસંદ રાખજો— માણસજાતના શરીરની પુશટી માટે ખાંડ શાકરની જરૂર છે પણ બરોબર રીતે પાકેલી ફ્રૂટ અથવા મેવા મધેથી જે શાકરનો ભાગ મલી આવે છે તે જેટલી ગુણગારી છે તેટલી હુનરથી બનાવેલી શાકર ગુણગારી નથી. હુનરની બનાવેલી ખાંડ તથા શાકરથી પાચન શકતીને સામું નુકસાન થાયછે અને શરીર અંદરથી પોકલ અને બાહેરથી માતર ફુલાયલું દીસેછે તેજ પરમાણે બજારમાં વેચાતા સુફીઆના આટાને બદલે આખા ઘઉને ઘેરમાંજ ભરડાવી અથવા દલાવી તેનો આટો વાપડયાથી તે વધારે પુશ્ટીકારક થઇ પડેછે. બજારમાં આટાને સુફીઆનો બનાવવા જતાં ઘઉંનો જે ખરેખરો પુસ્ટીકારક ભાગ તે તો તદન કાહાડી નાખવામાં આવેછે અને તેજ પરમાણે બજારનાં સફેદ સુફીઆના પાંઉ પણ ઓછા પુશટી કારક છે. એજ પરમાણે બજારમાં વેચાતા કોર્નફલોર, અરેબીકા રેવરેનતા અને બીજા આટાઓ જેમ સવાદદાર હોયછે તેમ તે ખાનાર કરતાં તેમના બનાવનારને વધારે લાભકારી થઇ પડેછે.

૮ મું. અતેરૂં કરતાં ના,—એકજ વખતે ઘણી વાણીઓ ખાતાના ભપકા ભરેલી, મોંઘી, અથવા મસાલાદાર વાણીઓને બદલે સાદી વાણીઓ પસંદ કરજો, ઘણી સવાદદાર વાણીઓ ખરેખરી જરૂર કરતા વધારે ખવાયછે અને પછી તે જરપત થઇ શકતી નથી. ખરેખરી જરૂર

કરતાં ઘણા માણસોને વધારે ખાવાની આદત હોય છે. પણ સારી રીતે ચાવીને ખાધેલો થોડો ખોરાક ઉતાવળેથી લીધેલા વધુ ખોરાક કરતાં વધારે પુશટી આપી શકેછે.

૯ મું. ઘડીએ ઘડીએ ખાતા ના,—આખા દીવસમાં તરણથી વધુ વખત ખાતા ના. કોઈ પણ તંદરોસત માણસ માટે થોડું થોડું અને ઘડીયે ઘડીયે ખાવાનું નુકસાનકારક છે. અગરજો તમુને સવારે ભુખે પેટે, તંદરોસ્ત, અને પુરતી આશાની સાથ બીછાંના ઉપરથી ઉઠવું હોય તો રાતના ખાધા વગર સુજો, સુવાની આગમજ ખોરાકને જરપત થવા સારૂં પુરતો વખત આપવા ખાતર ઓછામાં ઓછાં તરણથી ચાર કલાક આગમજ ખાઈ લેવું જોઈએ. દર વખતના ખાનાની વચે ઓછામાં ઓછા પાંચથી છ કલાકનો અંતર રાખવો જોઇએ, કે જે અરસામાં ખોરાક બરોબર જરપત થઈ શકે.

૧૦ મું. ખાનાની વાણીઓ મન પસંદ રીતે પકાવજો, વાંણીઓ પકાવતી વખતે ધયાંનમાં રાખજો કે જેમ તે મનપસંદ તેમજ સોજી અને સુરીયાની હોવી જોઇએ, ઘણી વખતે એમ બનેછે કે ખોરાક વાંધા ભરેલો અને સુરીયાનો નથી હોતો તોપણ તેને મનપસંદ રીતે પકાવેલો હોવાંથી ઘણા હરખ સાથ તે ખાવામાં આવેછે અને તેથી ઉલટી રીતે સંભાલથી પસંદ કીધેલો સોજો ખોરાક પકાવાની કસુરને લીધે અકારો થઇ પડેછે. માટે એ બીના સાજાં માણસો કરતાં માંદગી ભોગવનારાઓ માટે પુશકલ ધયાંન આપવા જોગછે. એક બાલક જેના ઉધરભાવનો તમામ આધાર ખોરાક ઉપર હોયછે અને એક દરદી જેની જીંદગીને ટેકવી રાખવાનો આધાર ઘણું કરીને ખોરાક ઉપર હોયછે તેમના ખોરાકને મનપસંદ બનાવા ઉપર ઘણું કરીને તેમના મોત અને જીંદગીનો સવાલ લટકી રહેછે. જો કોઇ પણ બાલક અથવા દરદીની જીંદગીને લંબાવવી હોય તો તેની ખાધખોરાકી ઉપર બનતાં સુધી એવું ધયાંન આપવું જોઈએ કે તે સાદો, હલકો ભાત ભાતનો અને દરદીના સોખને અનુસરતો હોય, કે જેથી તે ખુશીથી ખાયે અને ખુશીથી લીધેલોજ ખોરાક, બરોબર જરપત થઈ શકે છે અને નહી તો તમે તેની કવખતની અજલ જલદીથી લાવી નાખશો.

૧૧ મું. બીજી બધી વાતે તમારી જીંદગી નિયમસર ગુજારજો,—ઉપર જણાવા મુજબ ખોરાક સુઘીયાનો અને સોજો પસંદ કરવો જોઇએ, ખોરાક મનપસંદ રીતે પકાવવો જોઇએ, ખોરાક ચોકસ વખત સરજ લેવો જોઇએ અને છેલે ખોરાક માફકસર રીતે—જેમ ઘણો થોડોબી નહી તેમ પુશકલ એધીના જેટલોબી—લેવો નહી જોઇએ. એટલી ચાર ચીજ ધયાંનમાં રાખવા ઉપરાંત તેઓ સાથ અવશયની બીજી ચીજો જે ધયાંનમાં રાખવાંનીછે તે એ કે રાત અને દીસ તાજી હવા દમમાં લેવાની કોશેશ કરતા રેહેજો, દરરોજ ખોલી હવામાં તનને કસરત આપતા રેહજો અને તન મનને પુરતી સુગડાઈ સાથ સવચ્છ અને સુઘીયાનું રાખજો. યાદ રાખજો કે તંદરોસતીને અનુસરતા જીંદગીના ઉપલા શુભ નીયમો તોંડયાથી જે માઠાં પરીણામો નીપજશે તે પરીણામો ઝટ દેઇને કેટલાકો ભાજીપાલાના કુદરતી ખોરાકને લાગુ પાડી દેશે, માટે માંસના ખોરાક ઉપરથી ભાજીપાલાના ખોરાક ઉપર આવતાં ખુબ સંભાલજો કે ખુદરતનો એ ઉતમ ખોરાક ખોટી બદનામીમાં આવી પડે નહીં.

૧૨ મું. તન અને મનને સમતોલ રાખજો.—યાદ રાખજો કે માણસનાં શરીરનો બાંધો અને મનશકતી એક બીજા સાથ અતલગનો સંબંધ ધરાવેછે અને તેમની સારી માઠી હાલતનો તમામ આધાર એક બીજા ઉપર લટકેછે એટલા ખાતર તમારી ખાસ ફરજ છે કે એ બેહુને સંપુરણ સુખાકારીમાં રાખવાની કોશેશ કરવી જોઈયે. અને બેઉને તંદરોસત હાલતમાં રાખવા ખાતર અગતનું છે કે તેમને એક સરખી રીતે શાંતીમાં, વપડાસમાં, અને ચાલુ ઉપયોગમાં રાખવાં જોઇયે અને તે બંનેની ખીલવણી અને સુધારાની કોશેશ કરવી જોઇયે, આસાએશના એકપણ કલાક વગર કોઈબી દીવસ પસાર થવા દેતા ના, સંસારી રમતગમત અને હસીખુશી વગર, કસરત અને આશીરવાદ સરખા ઉદયોગ વગર, જ્ઞાનના વધારા વગર કોઈ પણ દીવસ ગુમાવતા ના. ગાયનના ખોદાઈ હુનરની લેઝત ચાખયા વગર, તેમજ નીરદોશ બાલકોની રમત ગમતમાં ખુશીથી ભાગ લીધા વગર કોઇબી દીવસને રૂખસદ આપતા ના. ભાજીપાલાની ખોરાકીને જો તમોએ ખોટી બદનામીમાં નહી લાવવી હોય તો ઉપલા બાર નીયમો ઉપર પુરતી રીતે ધયાંન આપી ઇશવરના નામ ઉપર ઇતબાર રાખી હીમતથી તમારી શુભ સરૂઆત કરજો અને બેહેશતના બાગનો જે પેહેલો વેહેલો અને ખરો ખુદરતી ખોરાક તેજ તમુને દુ:ખ દરદોના હુમલાથી સદા બંચાવી લેશે. તમારા આયુશમાં વધારો કરશે, તથા તમારી ઉમરની દરાજી કરશે.

ભાજીખાઉઓ તરફની ભરોસાદાર જુબાની.

એક પીતાની જુબાની—તા૦ ૧૫ મી મે ૧૮૫૦ માં "નયુયોરક" શેહેર ખાતે જુદા જુદા દેશોના ભાજીખાઉઓની એક મોટી સભા મલી હતી. જયાં ફીલાડેલફીઆના" રેહેવાસી "મી૦ જોનાથન રાઇટે" જણાવ યું હતું કે "હું ચાલીસ વરસ થયા ભાજીપાલા ઉપર મારો ગુજારો કરૂંછું. મારાં આઠ બચાંઓને પણ એજ ખોરાક ઉપર ઉછેરયાંછે અને તેઓએ જનમમાં એકબી વાર માસનો સવાદ ચાખયો નથી, ભાજીપાલાનો જે દયાલુ ખોરાક છે.તેથી કરીને માણસ જાતના તનને, મનને, અને ખસુસ કરીને તેની નીતી સંબંધી ચાલચલણને જે ઉતમ ફાયદો થાયછે તે માટે જાતી અનુભવથી મારી ખાતરી થઇછે. ચાલીસ વરસના અરસામાં મારે પોતાને ખાતર એક "ડાલર" વટીક તબીબને દવાદારનો આપવો પડયો નથી."

મરનાર ઓલડરમેન હારવીની જુબાંની—તા૦ ૧૮ મી જુલાઇ ૧૮૫૧ માં "મેનચેસટર" ખાતેના ભાજીખાઉઓની ચોથાં વરસની એક સભા મલી હતી, તયાં "ઓલડરમેન હારવીએ" જણાવયું હતું કે "જયારે હું માસનો ખોરાક લેતો તયારે મારૂ શરીર બેચેન રેહેતું હતું, રાતે અકરવકર થતી, અને શરીર ઉપર ગમે એટલો નજીવોબી જખમ થતો તોપણ તેને રૂજ આવતાં મોટી મુશકેલી નડતી. એક વેલાએ એક ડાંસે તેના "સ્ટૉકીગ" મધેથી તેના પગ ઉપર એક ચટકો મારયો હતો, તે પાકી આવયો અને તેનો એટલો બધો અકરસાટ વધી ગયો કે તેને કેટલાક મહીના સુધી લંગડો થવું પડયું હતું. પણ જયારથી તેણે માસનો ખોરાક તજી દીધોછે અને ભાજીપાલા ઉપરજ જીવવા માડયુંછે તયારથી તેને ગમે એવોબી જખમ થતો કે તુરત માતર તે ઠંડા પાણીનાં પાટાથી રૂજ આવી જતો અને તે એટલો બધો સેહેલાઈથી રૂજ આવતો કે કોઈ માની શકે નહી.

"કપટાન શીનચ"ની જુબાંની.—જયારે મને ડેનમારક અને સવીડનની સખત ગરમી અને ઠંડીના ફેરફારો વચે વસવું પડયું તયારે મેં માસ અને ભાજીપાલાનો ભેલસેલ ખોરાક છોડી દઇ માતર ભાજીપાલા ઉપરજ જીવવાનો ઠેડાવ કીધો. નીમકમાં આથેલા ખોરાકને ધીકાર સાથ છોડી દીધાથી મને દવાદારૂની કશી ગરજ પડી નહી. "ડેનમારક" ખાતે હું મુખય કરીને ચોખા તથા જવની રોટી ઉપર ગુજરાન ચલાવા

લાગે, કે જે રોટીને ઈંગલંડમાં "કાલી રોટી" ને નામે ધીકારવામાં આવેછે, જવની રોટી માટે કેટલાકો એમ ધારેછે કે તે ઢોરને લાયકનો પણ ખોરાક નથી. તોપણ મારે મનસેતો તે માણસ જાતને માટેનો એક ઉતમ ખોરાક છે. હું ઇચ્છુંછું કે વહાણના ખલાસીઓ નીમખમાં આથેલાં વાસી ગોસને છોડી દઇ ભાજીખાઉ બને, કે જેથી તેમને દવાની હાજત રેહેશે નહી અને વધારે કઉવત સાથ તેઓ ઉલટથી પોતાનું કામ બજાવી શકશે.

એક બાનુંની જુબાની.—હું બાવન વરસની ઉમરે ભાજીખાઉ બની હતી, અને તરણ વરસ વેર ચુસતપણે એજ ખોરાકને વલગી રહયાથી મારી તંદરોસતીમાં અજાયબ જેવો ફેરફાર થયોછે. જયારે હું માસનો ખોરાક લેતી તયારે બદહજમી અને માથાનો દુખારો તો દર રોજનો લખીજ આપેલો હતો. હાલ જાણતી નથી કે બદહજમી એટલે શું અને માથું તે કેમ દુખતું હશે. મારા દરરોજના દવાના વીચારોની હાલ મને મુતલગ ગરજ પડતી નથી. મારી તંદરોસતી એટલી બધી તો સુધરી ગઇ છે કે જયારે માંસનો ખોરાક લેતી તેનાં કરતાં હાલ હું વધારે સખત મેહેનત કરવાને સામરથવાન છું.

એક મેહેનતુ મજુરની જુબાની.—ભાજીપાલાના ખોરાકની ખુબી જાતી અનુભવપરથી કબુલ રાખતાં મને ખુશાલી ઉપજે છે. છેલાં ત્રણ વરસ થયાં માત્ર તેજ મારો ખોરાક છે. તેની આગમજનાં આખાં બે વરસના અરસામાં ભાયગે મેં બધું મલીને પાંચ રતલ માંસ ખાધું હોય. એ સઘલો વખત હું રેલવે બાંધવાના કામ ઉપર મજુરી કરૂ છું, મારૂં કઉવત જેવું ને તેવુંજ ટકી રહયું છે. બોજો ઉંચકવાની મારી શકતી જો વધી નહીં હોય તો તે બીલકુલ ઘટી પણ નથી. પણ હાલમાં મારા શરીરના બાંધામાં જે મુખય ફેરફાર થયોછે તે એ છે કે આગલની માફક ગમે એટલી મેહનત કીધાથી હું થાકી જતો નથી. જોકે મને દાહાડાના તેરથી ચઉદ કલાકવેર મજુરી કરવી પડેછે તોપણ તે વગર ઢાકવે હું કરી શકુંછું. ઘર ગયા પછી ચેહેરો, હાથ, પગ અને આખું શરીર તાજા પાણીએ ધોઇ નાખતાં પાછો હું જેવોને તેવો તાજો અને તાજગી ભરેલો બની જાઉંછું.

એક તબીબની જુબાની,—(લનડન ટાઈમસ ઉપરથી લખેલી) જયારે હું એક ગામડાંના મોટા બાગ અને પુશકલ ફલફલાદીવાલી જગામાં રેહેતો હતો ત્યારે હું બચાંને છુટથી ફલફલાદી ખાવા દેતો હતો અને તે

વેલાએ મારાં બાલકો માટે બાદી, યા ચામડીનાં દરદોની જરાપણ ફરીયાદ કરવાનું મારી પાસે કારણ નહીં હતું. લોકોનો આ એક સાધારણ વીચાર છે કે તાજો મેવો અને ફ્રૂટ ખાધાથી ચામડીનાં દરદો ઉભરી નીકલે છે પણ તે વીચાર મારા સંબંધમાં તદન ભુલ ભરેલો જણાયો છે. ગામડાં મધેથી મારાં બાલકોને શેહેરમાં લાવી રાખતાં ફલફલાદીનો ખોરાક ઓછો કરવો પડયો અને તેઓ મધેનાં બે ત્રણ બાલકો બાદી અને મરડાના સખત હુમલાને વશ થઈ પડયા, અને તેઓએ સાધારણ વઈદાંને જરા પણ મચક આપ્યું નહીં. આ ઉપરથી આગલની માફક તેમને ફ્રૂટનો વધુ ખોરાક આપવાની ફરજ પડી. જેઓમાં મુખય કરીને લીલી દરાખ, સંતરા, પાકેલા સપરચંદ ઇતયાદી હતા, અને એ ખોરાકથી બાદી તેમજ મરડાના ચીનહ પોતાની મેલે નરમ પડવા લાગાં. એ ખોરાક ચાલુ રાખ્યાથી ત્યારપછી તેમને ઉપલાં દરદો વીશે ફરીયાદ કરવી પડી નથી.

ખહી અને સાદો ખોરાક.—"ડાકટર રોબોથમ" કહે છે કે એક ધરમાતુ મંડલીને લગતા એક આબરૂદાર કુટુંબની સારવાર કરતાં તેના જાણવામાં નીચલી બીના આવી છે, અને જેની સચાઈ માટે જરાપણ શક રહયો નથી. "સોમરસેટશાયર"ના એક જુવાન ગ્રહસ્થને ખહીનો જાલેમ રોગ લાગુ પડયો હતો, અને તે એટલો બધો આગલ વધી ગયો હતો કે તેના એક મીતરે તેને સખત ભલામણ કીધી હતી કે તેણે એક માસ સુધી કીસમીસ અને રોટી સીવાય બીજો કશો પણ ખોરાક લેવો નહીં; કોઇપણ જાતના પ્રવાહી યા સંગીન ખોરાકની પણ તેને મનાઇ હતી. જીંદગીથી નીરાશ થયલા દરદીએ છેલે એ ઈલાજની પણ તપાસ લેવાનો ઠેડાવ કીધો. પ્રથમ મોઢાંમાં લબની યાને ભીનાસની કોતાઈને લીધે તેને રોટી ચાવતાં અડચણ પડવા લાગી, તોપણ ખંતીપણે તે એ ઇલાજને વલગી રહયો, અને એક માસની આખેરીએ તેનામાં એટલું કઉવત આવયું કે તે આસતે આસતે સુધરવા લાગો, અને તે બીનાને આજે કેટલાંક વરસો વહી ગયાં છે તે છતાં હજી તે તનદરોસત હાલતમાં જીવે છે. તેની એક બેહેનને પણ એજ પ્રમાણે સાજી કરવામાં આવી હતી. આ ઈલાજના ભલામણ કરનાર મીતરે બીજા ઘણાક દરદીઓને એજ ઇલાજથી સાજા કીધા છે. જયારે એક અમીરની માતાને એ ઈલાજની ખબર પડી ત્યારે તે માતાએ તે ગ્રહસ્થને પોતા પાસ બોલાવી, પોતીકાં ઓવાઇ નવાઇનાં એક પુરાં ફરજંદ ઉપર પણ તેજ ઇલાજ અજમાવાની અરજ ગુજારી હતી. તેણે તે બાનું પાસ પ્રથમ એટલું માંગી લીધું કે

તે જુવાન અમીરને તેની પોતાનીજ સંભાલ તલે સોંપવો અને તે પોતાનાં ઘેરમાં તેને રાખી પુરતી સંભાલ સાથ પોતાનો એજ ઇલાજ અજમાવી જોશે. જ્યારે આ જુવાન અમીરને એ માંગણી મુજબ વઇદને ઘેર લાવવામાં આવ્યો તયારે ગાડીમાંથી ઉતરી ઘરમાં જાય એટલી પણ તાકાત તેનામાં નહી હતી. પણ માત્ર ત્રણ અઠવાડયાંવેર "રેઝીન અને રોટી" નો ખોરાક ચાલુ રાખ્યા પછી તે વગર હરકતે એકાદ ટેકડી ઉપર એક માઈલ સુધીની મુસાફરી કરી શકે એટલું તેનામાં કઉવત આવ્યું હતું, અને એક માસમાં તે તદન સાજો થઇ પોતાની માતાને આવી મલ્યો હતો. ખાતરી પુરવક રીતે સાબેત થયલો એ બનાવ છે અને એ ઇલાજ બુતલાવનાર ઘણી "સોસાયટી ઓફ ફ્રેનડસ" નામની ધરમાતુ મંડલીનો એક આબરૂદાર સભાસદ છે.

"ડાકટર ટુવીચલ" નાં દરદો,—"રેવરંડ વોટસન" નામનો એક ધરમાતુ પાદરી કહેછે કે માસનો ખોરાક સદનતર તજી દીધાથી "ડાકટર ટુવીચલ"ના બદહજમી (ડીસપસીયા) અને હાંફણુ યા દમનો મરજ સાજો થયો હતો. નવ વરસવેર ભાજીપાલા ઉપર ગુજારો કીધા પછી તેણે રફતે રફતે માંસનો ખોરાક પાછો લેવા માંડયો અને તુરત તેને આંખના ખુણાની અંદર ખરાબ જાતનો ગાંઠ થઇ આવયો અને ફીલાડેલફીયાના નામીચા તબીબો તેને માટે ધાસતી બતાવા લાગા. "ડાકટર ટુવીચલે" પોતેજ માસનો ખોરાક તજી દેવામાં ડાહપણ જોયું અને દુધ તથા મલાઈ શીવાય તે જાનવરી પેદાશ કશી પણ પોતાના ખાધામાં લેતો નહી. આ ફેરફારથી તેનાં માથાંનો દુખારો નરમ પડયો અને તે મધેથી વેહેતી રસી પણ ઓછી વેહેવા લાગી, અને છેલે સરવાલે તે ગાંઠનો દુખારો નરમ પડયો અને તે મધેથી વેહેતી રસી પણ ઓછી વેહેવા લાગી, અને છેલે સરવાલે તે ગાંઠ, તેનો દુખારો, અને રસી એ સરવે ગુમ થઇ ગયાં. એવી રીતે ૬૮ વરસની ઉમરે ભગનદર યા નાસુરના સરખા બીકટ દરદનાં સપાટામાંથી માતર તે પોતાના સાદા ખોરાકની મદદથી કશી પણ દવા દારૂ વગર બનચયો.

માબાપો માટે અગતનું—બરમીંગહેમના ભાજીખાઉઓની "એસોશીએશન" ના એક મેલાવડામાં મી૦ "કેરીંગટન" નામના એક ગ્રહસ્થે જુબાની આપી કે જ્યારે હું તેર વરસનો હતો ત્યારે "સકારલેટ ફીવર" નામની એક ઝેરી તાવના સખત સપાટામાં હું સપડાયો હતો, અને તે તાવથી હું એટલો તો નાતવાન થઈ ગયો હતો તથા આંગમાં લોહીનું ફરવું

એટલું તેા ધીમું હતું કે હાથ પગમાં કાંઇપણ ભેાકીયાથી બીલકુલ લેાહી નીકલતું નહીં હતું. તે વેલાએ મારૂં માથું સખત રીતે દુખયા કરતું હતું અને જીવ બેચેન પડી ગયેા હતેા. આંખમાં અંધારાં આવી ઝુકૃન આવ્યા કરતી. આવી હાલતમાં એક મીતરે ભલામણ કીધી કે માતર એક અઠવાડયાં સુધીજ મારે ભાજીપાલાનેા ખેારાક અજમાવી જોવેા. એક અઠવાડયાંની અજમાયસથી ફાયદેા જણાતાં મેં એક માસવેર અજમાવાનેા ઠેડાવ કીધેા. પણ તેટલા વખતમાં મારી તંદરેાસતીમાં એટલેા બધેા ફેરફાર થઈ ગયેા કે તે દીવસથી મેં ભાજીપાલાને મારેા જાથુકનેા ખેારાક કીધેા છે. છેલા છ માસ થયા મારૂં માથું દુખતું નથી, અને બેચેનીનેા એક કલાક પણ મને પસાર કરવેા પડ્યેા નથી. મારા શરીરનું વજન વધયું છે અને જીંદગીની મેાજ હાલ હું જેવી રીતે ભેાગવું છું તેવી આગલ કદી પણ મેં ભેાગવી હેાય તેની મને યાદ નથી. નાનાં બાલકેાના માબાપેાને હું ભાજીપાલાના ખેારાકની ખસુસ કરીને ભલામણ કરૂં છું. મારેા એક નાનેા છેાકરેા હતેા જેને દસમે મહીને દાંત ફુટતા હતા અને તે વેલાએ તે એટલેા તેા માંદેા પડયેા હતેા કે તેની જીંદગીની ઝાઝી આશા હતી નહીં. ધારા પ્રમાણે દાકટરને બેાલાવ્યાથી તેણે આવીને ભલાંમણ કીધી કે બાલક ઘણું નબલું છે માટે તેને શકતીને સારૂ કુકરના અથવા બકરાના માંસનેા સેરવેા પાવેા, પણ તેથી કશેાપણ ફાયદેા થયેા નહી. મેં તરત ઠેડાવ કીધેા કે બાલકને ભાજીપાલાના સાદા ખેારાક સીવાય બીજું કશું આપવું નહી અને એ ઠેડાવ પ્રમાણેનેા ખેારાક ચાલુ કરતાં ઉપરા સાપરી ધારા પરમાણેના દાંતેા એટલી તેા સેહેલાઇથી ફુટવા લાગા કે તેઓ કયારે નીકલયા તે પણ જાણવામાં આવ્યું નહીં.

મરનાર જોન સમીથની જુબાની,—તા૦ ૨૮ મી જુલાઇ ૧૮૪૮માં મેનચેસટર ખાતેના ભાજીખાઉઓના વારસીક મેલાવડામાં "મેાલટન" ખાતેના ઉપલા રેહેવાસીએ જુબાની આપી હતી કે:—જયારે મેં ફકત ભાજીપાલાનાજ ખેારાક ઉપર ગુજારેા કરવાનેા ઠેડાવ કીધેા તયાં સુધી હું સરવે માસ ખાનારાઓની મીસાલ સવાદ લઈ લઈનેજ માસના ખેારાક ઉપર મારેા ચલાવતેા હતેા પણ તે વેલાએ કવચીતજ હું સારી તંદરેાસતી ભેાગવી શકયેા હેાઇશ. દરરેાજ બદહજમી, પેટમાં આવતાં આકરાં, અને તેને લગતી તરેહવાર વેદનાથી હું પીડાતેા હતેા અને તેમને લીધે તબીબેા અને તેમની દવાના ડહેાચાણેા ઉપર મને જાથુકનેા આધાર રાખવાની ફરજ પડતી. જયારે મેં અનાજ, ફલફલાદી, અને તરતરકારી ઉપર

ગુજરાન ચલાવવાનો ઠેડાવ કીધો તયારે મારા મીતરો અને ખસુસ કરીને મારા વઇદો ઘણી ધાસતી બતાવી મારો જીવ વટીક જશે એવી અગમચેતી કરવા લાગા, મારા તબીબ સાહેબ જણાવવા લાગા કે "તમે જયારે બદહજમીથી એટલું બધું ખમોછો તયારે તમારે લાયકનો બરોબર માફક આવતો ખોરાક તો માતર "મટન ચાપ," વાસી પાંઉ, અને પાણીમાં ભેળેલો નરમ બરાંનડી છે અને જો કશાંથીબી તમે સાજા થઈ શકો તો એજ ખોરાકથી થઇ શકશે. ભાજીપાલા ઉપર જાથુકનો ગુજારો કીધાથી તમારી દેહ તદન લહડી પડશે અને થોડા વખતમાં મોત સીવાય તમારો બીજો કશો છુટકોજ નથી." મેં તેને સાફ જણાવયું કે ગમે તે પરીણામ નીપજે તેની દરકાર વગર ભાજીપાલાની ખોરાકીની એક સવતંત્ર તપાસ લેવાનો મેં મજબુત ઠેડાવ કીધો છે. ખુદરતના આ ઉતમ ખોરાક માટે વઈદો જેવા વીદવાનોને એટલો બધો વેહેમ બેસી ગયલો હતો કે તેઓ મને પોતાના વરગના એક વઇદ તરીકે ગણી પોતાના વીસવાસમાં લઈ દર પલે મારે માટે આશા રાખતા હતા કે કોઈ દીવસે રસતામાં ચાલતાં ચાલતાંજ થાક ચઢયાથી હું પટ દઇને મરી જઇશ. આટલી બધી અગમચેતી અને ધમકી છતાં જે પીડાકારીઓ હું કેટલાંક વરસો થયાં વેઠતો હતો તે સઘલી પીડાકારીઓ થોડાંક અઠવાડયાંના મારા ભાજીપાલાના ખોરાકથી મને છોડી ગઇ, અને તયાર પછી બદહજમીના કોઈબી જાતના આગલા દુખારા માટે મને વઇદની સલાહ લેવા જવાની ગરજ પડી નથી. હાલ મારી તંદરોસતી જેવી હું ઇચ્છુંછુ તેવીજ છે.

દુ:ખ નીવારણ,—૧૮૫૧ ની ૧ લી આગસટને દીને લંડન ખાતેના "ફ્રીમેસન હોલ"માં એક મોટો મેલાવડો થયો હતો, તયાં નામીચા અને ખરા ધરમી પાદરી "રેવરંડ મેતકાફે" ખુલી રીતે જણાવયું હતું કે હું બેતાલીસ વરસ થયાં માતર ભાજીપાલા ઉપર ગુજારો કરૂં છું. જે મધેનાં આઠ વરસ મેં મારા વતનમાં ગુજારયાં છે અને બાકીના ચોતરીસ વરસવેર મને અમેરીકા ખાતે વસવું પડયું હતું. પણ ઉપલે બેહુ ઠેકાણે મારી તંદરોસતી એક સરખી સમતોલ રહી શકી હતી, અને બીજી જાતનો ખોરાક લેનાર મારા સઘલા સાથીઓ કરતાં મારી તનદરોસતી ઘણે દરજજે સારી હતી. બેતાલીસ વરસના અરસામાં મારા ઘેર મધે માસની એક કરચ પણ મેં દાખલ થવા દીધી નથી. પાંચ ફરજંદોના એક કુટુંબને ઉછેરીને મેં મોટું કીધું છે જેઓએ પોતાના આખા જનમારામાં માસનો સવાદ ચાખયો નથી અને તેથી તેમની તંદરોસતી

ઘણી સારી રહી શકી છે. બચગી અને છોકરવન વય તેઓ પસાર કરી ગયા છે તોપણ બચપણના સાધારણ દુખ દરદો કેવાં હોય તે તેઓ જાણતાં નથી. પાંચે ફરજંદો ભાજીખાઉ ભાગયાઓ સાથ લગનના પવીતર ગાંઠથી જોડાઈ ચુકાં છે અને મારી યાદદાસત પરમાણે તે પાંચ ફરજંદોના એકવીશ બાલકો હાલ હઇઆત છે. જેઓ મધેનાં એકે પણ માસનો સવાદ ચાખયો નથી અને ખોદા કરશે તો કદી પણ ચાખશેબી નહી. ૧૮૧૮ માં ફીલાડેલફીયા ખાતે કમલાનો ઉપદરવ વધી પડયો હતો, અને મારા રેહેવાના મુકામની નજદીકમાંજ તે ફાટી નીકલયો હતો. જેમની ગુજાસ હતી તેઓ પોતાના ઘેરબાર છોડી તયાંથી બીજી તરફ વસવા ખાતર નીકલી પડયાં હતાં અને તેઓમાં કેટલાક પાદરીઓ પણ હતા. પણ હું મારાં આખાં કુટુંબ સાથ તયાંજ રહયો, અને તોપણ અમારાં મધેનો એક પણ દરદના સપાટામાં આવી શકયો નહી. મારા ધંધાની રૂએ જેબી દરદી તરફથી મને તેડું આવતું તયાં હું જતો, ઘણાં વાસ મારતાં મરકી ભરેલાં દરદી બીછાનાઓ આગલ મને જવું પડતું, અને વારંવાર તે દરદથી મરણ પામેલાઓની ધરમેં ક્રીરયામાં પણ મનેજ સામેલ થવું પડતું, તેજ શેહેરમાં ૧૮૩૨ માં દુશટ "કોલેરા" ફાટી નીકલયો, એક ધરમગુરૂ તરીકે દરદીઓને દીલાસો દેવા અને બીજી ફરજો બજાવવા ખાતર "કોલેરાની આસપીટલ" માં જવાની મેં આનાકાની કીધી નહી, તે છતાં હું અને મારૂં કુટુંબજ નહી, પણ જેબી કુટુંબો હમારી મીસાલ માતર ભાજીપાલા ઉપર પોતાનો ગુજારો કરતાં હતાં—તેઓ સરવે એ બેઉ મરકી મધેથી એક સરખી રીતે બંચી શકયાં હતાં. ૧૮૪૯ માં એજ પ્રમાણે ફરીથી બનયું અને ફરીથી સરવે ભાજીખાઉઓ તેના સપાટામાંથી બચી ગયા.

તરણ માદાઓ કેમ સાજા થયા.—ફીલાડેલફીયા ખાતેનો ડાકટર આલકોટ જેને બે વડીલો તરફથી ખહીનો મરજ ઓધે ઉતરેલો હતો અને તરીસ વરસની ઉમરે જેનો એક પગ ઘોરમાં જઇ ચુકો હોય એવી તેની હાલત થઇ પડેલી હતી તે "ડાકટર ઓલકોટે" ૧૮૫૦ ના સપટેમબર માસની ૭ મી તારીખે જણાવયું હતું કે તંદરોસતી જાલવવાના કાનુનો—કે જે મધેનો મુખય કાનુન ભાજીપાલાપર ગુજારો કરવાનો છે—તે કાનુનોને તાબે રહયાથી બાવન વરસની ઉમર સુધી એક ઉદયોગી જીંદગી ભોગવી શકાય એટલું બધુ કઉવત હું જાલવી શકયો હતો. એલ. એસ. હીયુ, એ. એમ. નામનો બીજો એક

વીદવાન ગ્રહસથ ડાકટર ઓલકોટના ઉપલા હેવાલને પોતાના દાખલાથી આ પરમાણે ટેકો આપેછે. તે કહેછે કે "ભાજીપાલાની હીમાયતમાં જો હું કાંઇ પણ ઉલટ યા જોસથી બોલું તો હું ધારૂંછું કે તમો મને દરગુજર કરશો. વીસ વરસની ઉમરે જયારે હું મારો કોલેજનો અભ્યાસ પુરો કરી રેહવા આવયો હતો તયારે મારા મીતરો અને વઇદોએ ખહીના એક ઉતાવલા અને ચોકસ ભોગ તરીકે મારે માટેની આશા છોડી હતી દેખઇતી રીતની ઘડીપલની હાલતમાં ભાજીપાલાના સાદા ખોરાકને ચીવટપણે વલગી રહયાથી, મધયમસરની કુસરતથી અને જતન ભરેલી તનની સુગડાઇથી રફતે રફતે ફેફસાં મધેથી જે લોહી જતું હતું તે બંધ પડયું, ધાસતી ભરેલાં ચીનહ દુર થવા લાગાં, અને છેલે સરવાલે ઘણીક રીતે તંદરોસતી સુધરતી ગઇ. આખરે એટલો બધો તો સુધારો થયો કે મારી રગોમાં તંદરોસતી અને જીંદગીની પુર ભરતી આવી હોય એમ મને લાગું. જયારેબી સરવેની નાસીપાસી વચે મને મારી પાછી હાથ લાગેલી તંદરોસતી વીશે બોલવું પડેછે તયારે કયાં અટકવું તે હું જોઇ શકતો નથી, એટલું બધુ બોલવાની મને ઉલટ આવેછે." "બેલચેસટર," નો એક સોદાગર "મી૦ જી. ફીલર" કહેછે કે પરથમ હું દુબલો, માંદો અને નાતવાન હતો, પણ જયારથી મેં માસ તજી ભાજીપાલા ઉપર જીવવા માંડયુંછે તયારથી હું મજબુત અને તંદરોસત થયોછું અને મારા પડોશીઓ કરતાં વધુ મેહેનત કરવાને સામરથવાંન થયોછું, દસ વરસ થયાં ભાજીપાલાનો ખોરાક હું લેઉંછું અને ચઉદ વરસ થયાં સરવે જાતના શરાબોને મેં તજયા છે. મારી બાયડી અને કુટુંબ મારીજ મીસાલ ભાજીપાલા ઉપર જીવેછે. છેલાં ચઉદ વરસ મધેથી મારા ધંધાને લગતો એક પણ દીવસ મેં ભાંજયો નથી, અને મારાં કુટુંબને માટે કોઇપણ વખતે વઇદની હાજરીની અગત પડી નથી.

એક લુવારની જુબાની.—ચાર વરસની વાત ઉપર હું બદહજમીથી હેરાંન હતો અને જાણતો નહી હતો કે તે શાથી થઇ હતી અથવા તેનો ઇલાજ શો હશે. મેં ચાહ અને કાફીના વપડાસની વીરૂધની એક બાબદ વાંચી અને તે ઉપરથી તેમને છોડી દેવાની મને લાલચ થઇ. વલી દરરોજ ટંડા પાણીએ નાહવા લાગો અને વીચારવા લાગો કે એ બે ઇલાજથી મારી બદહજમીની ફરીયાદ કરવાનું કારણ રેહેશે નહી. નજદીક બાર માસવેર એ પરમાણે ચાલુ રાખવા છતાં બદહજમી નરમ પડવાને બદલે સાંમો તેમાં વધારો થયો. એ અરસામાં અમેરીકા ખાતે

ના એક વીદવાંન "ફાઉલર" નો પરાંણી વીદયાને લગતો એક ગરંથ મારા હાથમાં આવયો અને તેમાં અસરકારક અને છટાદાર ભાશામાં ભાજીપાલાની ખોરાકીની ભલાંમણ કીધેલી મારા વાંચવામાં આવી. છ માસવેર મેં માસનો ખોરાક તજી દીધો અને અજાયબ જેવો સુધારો મારી તનદરોસતીમાં થવા લાગો, તોપણ કેટલીક અડચણને લીધે ભાજીપાલા અને માસના ભેલ ખોરાક ઉપર મને પાછો ગુજારો કરવો પડયો. મારો ગુચવાડો રોટી સૂબંધ હતો. ફરીથી હું "ફાઉલર"ના ગરંથની મદદ લેવાને દોડયો. હું મારી રોટી ઘઉંના આટા અને "મીલરના બેકીંગ પાઉડર" ની બનાવા લાગો. મારો મુખય ખોરાક કેટલાક મહીનાઓ સુધી ઉપલી જાતની રોટી અને "એપલ" નો હતો, અને કોઇ કોઈવાર ફેરફારને ખાતર ચોખા અને "ઓટમીલ" પણ હું વાપુડતો. કકડતી ઠંડીની મોસમમાં આખા દીવસની સખત હાક પછી મારાં કામ ઉપરથી હું પસીને ગરકાવ થયલો પાછો ફરતો તયારે રોટી અને "એપલ" ના સાદા ખોરાક ઉપર સુગરાંનાં કરતો અને ગોયા મજાહ લઇને તે ખાતો. આ ખોરાક શરૂ કીધા પછી એક પખવાડયામાં મને તેનો ફાયદો જણાવા લાગો; તરણ માસ પછી બદહજમીની ઘણી ખરી અસર નાબુદ થવા લાગી. તરણ વરસ પછી હાલ મને લાગેછે કે મારી પેહેલાંની હાલત કરતાં હાલ હું ઘણે દરજજે વધુ તર્નદરોસત થયલો છું. લોકો એમ વીચારે છે કે 'રોસ્ટ' કીધેલાં ફરબે ગાયના માંસ વગર સખત મેહેનત મજુરી થઈ શકે નહી. આ દલીલ મારી સામે લાવવામાં આવી હતી અને તેમને મારો જવાબ એટલોજ હતો કે "હું જાતે લુવાર છું. શીયાલાની સખત ઠંડીમાં તાપથી ધકધકતી ભઠી આગલ પસીને ગરકાવ થયલી હાલતમાં હું આખો દીવસવેર ઉભો રહી શકું છું, અને તોબી શું હું તમને દુબલો યા નાતવાન થયલો જણાઉં છું?" આ જવાબથી તેઓ ચુપ થઈ જતા, ફકત માંસ ખાવાના લાંબા વખતના એક ચાલુ રેવાજને આપણે અપંગપણાંથી વલગી રહીયે છીયે. ખાધ ખોરાકીને લગતી ખરી માહેતગારી આપણને નથી, અને તે ઉપરથીજ અજ્ઞાનોને મારા પોતાના હેવાલથી વાકેફ કરવાની હું ફરજ વીચારૂં છું. મેહેનત મજુરી કરનારા મારા સાથી ભાઈબંધોને હું ભલામણ કરૂં છું કે તેઓએ મગજને બેભાંન બનાવનારા સખત શરાબો પણ છોડી દેવા. કેમકે તેઓ વગર જરૂરના છે એટલુંજ નહી પણ સામા નુકસાનકારક છે. શરાબના બાબમાં પણ હું જાતી અનુભવથીજ બોલું છું. સાત વરસ થયાં મેં મોઢાં

ઉપર શરાબનો એક છાંટો પણ મુકયો નથી. ચાર વરસ થયાં ચાહ અને કાફીને મેં છોડી દીધીછે. તરણ વરસ થયાં માંસનો ખોરાક તદન તજી દીધો છે, અને હાલ હું જે રીતે જીવુંછું તે રીત મારી હાજતોને બરોબર બંધ બેસતી માફક આવતી છે.

એક ધરમગુરૂની જુબાની—આશરે બાર માસ થયા હું ભાજીપાલા ઉપર ઘણી આસાની અને સુખ સાથ જીવુંછું. તેની આગમજ લાંબો વખતવેર ખહી, મીઠી પીસાબ, મરડાનો વારસીક ગલઓ, અને છાતીને લાગતી સરદીનાં ધાસંતી ભરેલાં દરદોથી હું પીડાતો હતો. પણ જયારથી હું સંપુરણ ભાજીખાઉ બનયોછું તયારથી જો સાચું બોલું તો ઉપલાં દરદોના બાબમાં હું તદ્દન નવુંજ ઇનસાન બની ગયો છું, આગલ કરતાં હાલ હું વધારે મજબુત થયોછું, અને આગલની દરરોજની નબલાઈ અને સુસતીથી વારંવાર હું ઢગલેાપુંજો થઇ જતો હતો તેવું કવચીતજ હાલ બને છે. એક ધરમગુરૂ તરીકે માંદગી અને મોહોતના બીછાંનાઓ આગલ વગર થાકવે હું સવારથી તે રાત સુધી મારી ફરજ અદા કરી શકુંછું. અઠવાડયામાં સાતથી આઠ વખત મને વાયજીઓ કરવી પડેછે. આખી જીંદગી સુધી હું શરાબથી દુર રહયોછું અને શરાબથી દુર રેહનારાઓની મંડલીમાં દર અઠવાડયે મને ભાશાંનો કરવાં પડેછે. પણ એ સઘલું સાધારણ થાક સીવાય હું આસાનીથી કરી શકુંછું. જયારથી મેં ભાજીપાલા ઉપર ગુજારો કરવા માંડયોછે તયારથી એ આશીરવાદો હું ભોગવી શકુંછું. સચાઇને ખાતર—ઇનસાફને ખાતર—મારી તંદરોસતીના એ શુભ સુધારાનાં વાજબી કારણ તરીકે મારી ખાધખોરાકીના ઉપલા ફેરફારને રજુ કરવો જોઇએ. એટલું છતાં એ બાબદમાં આપણા મીતરો અને વઇદો હજી કેટલા પાછાત રહેલા છે! સરવે જણાઓ એક અવાજે મારી તનદરોસતી સુધારીછે એમ કબુલ કરેછે પણ જેઓ મારી સુધરેલી તનદરોસતી માટે મને મુબારકબાદી આપેછે તેઓ જયારે તેનાં ખરા કારણ તરીકે ભાજીપાલાના ખોરાક માટે સાંભલેછે તયારે મોહો કુમલાવી ચુપ થઈ જાયછે. મારો પોતીકો ડાકટર એવી રીતે ચુપ થઈ જનારાઓ મધેનો મુખયછે.

એક કરાઈની જુબાની—એક ચાલસુ અને આશાંન જીંદગી ભોગવનારે તરીકે હું ભાજીપાલા ઉપર જીવતો નથી. પોણા તરણ વરસ થયાં લાંકડા વેહેરનાર તરીકેની મને સખત મજુરી કરવી પડેછે. મારાં શરીરનો બાંધો કાવલોછે. બીજાઓ કરતાં હું જાતે નબલો હોવા

છતાં જલદીમાં જલદી કામ કરનારની સરોબર હું લાંકડાં વેહેરી શકું છું. મારી શરીર શકતી નબલીછે તે છતાં લાંબો વખતવેર મારૂ કામ વગર થાકવે ચાલુ રાખી શકું છું. વગર થાકવે કામ કરવાની એ શકતી ભાજીપાલાના ખોરાકને લીધેજછે અને તેની ઘણાકોને અજાયબી લાગેછે. મારા સાથી મજુરો મારી એ શકતી મારી ચંચલાઇ અથવા હુશયારીને લાગુ પાડેછે અને ગમે એટલું સમજાવા છતાં તેઓ પોતાનો વીચાર ફેરવી શકતા નથી. જયારે મેં ભાજીપાલાનો ખોરાક શરૂ કીધો તયારે લાંબા વખતના હું કલેજાંના (લીવર કમપલેન્ટ) દરદથી હેરાંન હતો. મને ઉમેદ હતી કે ભાજીપાલાનો સાદો ખોરાક ખુદરતના કામને મદદ કરી. મને એ દરદના હુમલામાંથી છોડવશે પણ સખત મેહેનત મજુરી કરવાની મારામાં એટલી બધી શકતી આવશે એવી આશા મને નહી હતી. પણ ખુદરતની એ ઉતમ ખોરાકીથી મારી તનદરોસતી હું પાછી હાથ કરી શકયો એટલુંજ નહી પણ વધુ થાક ખમી શકવાની શકતી અને કાંમકાજ કરવાની ઝડપ પણ મારામાં વધીછે.

એક મુસાફરની જુબાની—મારી મુસાફરીના દરમયાનમાં જે હકીકત હું મેલવી શકયોછું તે તમને અગતની થઈ પડશે. ફરાનસ દેશ મધેના "પરપીગનોન"થી સપેન દેશ મધેના "ફીગયુરાસ" તરફની મારી છેલી મુસાફરી વેલાએ મારી સાથે મારા સાથી તરીકે તનદરોસત દેખાવના અને કદાવર બાંધાના તરણ સપેનીશ જાગીરદારો હતા, તેમનો કદાવર બાંધો જોઇ ખુદરતી રીતેજ મને સવાલ પુછવાનું સુજયું કે "તમો સાહેબનો દરરોજનો સાધારણ ખોરાક શું છે"? "રોટી, શીંગ, વટણા અને નરમ વાઇન ઉપર અમો જીવયે છીયે"એ રીતનો તેઓએ જવાબ વાલયો. મેં પુછયું "શું તયારે તમો કોઇબીવાર જનાવરનું માસ લેતા નથી ?" ઉતર મલયો કે "કોઇ કદાચ; ઘણુ કરીને તો નહીજ" આટલા જવાબ પછી તેઓને મેં સમજ પાડી કે માંસના ખોરાક કરતાં ઉપલો વનસપતીનો ખોરાક કેટલે બધે દરજજે વધુ પુશટીકારકછે. તેઓ મધેના એકે કહયું કે, "હા, હા, એક ચીજનો જે ગુચવાડો મને અતયાર સુધી નડતો હતો તેનો ખોલાસો હવે હું સમજયો. થોડા વખતની વાત ઉપર હું એક માતબર ખેડુતને તયાં નોકરી હતો, જયાં દર રાતે અમને ઘણુંજ જબરદસત ખાણું મલતું; ખાણામાં જેમ બને તેમ રોસટ કીધેલું અને રાંધેલું ગાયનું ગોસ જેટલું ખવાતું તેટલું હમો ખાતા, અને તે માટે કશી મનાઇ નહીં હતી. પણ તેથી દર સવારે જયારે

અમો ખાખ મધ્યેથી બીહાર થતા તયારે આગલના કરતાં ઘણા સુસત, નબલા અને ભુખા ડાંસ જેવા ઊહતા. સવારે છ વાગે કામ ઉપર જવાની આગમજ કેટલીક રોટી ખાધા વગર આંગમાં કામ કરવાની શકતી રેહેતી નહી. પણ તેથી ઉલટી રીતે જયારે રાતના અમો રોટી અને શીંગ ઉપર ગુજારો કરતા તયારે સવારના બે તરણ કલાકની મજુરી કરયા વગર અમને પાછી ભુખ લાગતી નહી." આ હેવાલ જાણવા પછી એ બાબદની વધુ જોસતેજો કરવાની મને ઉલટ થઇ અને તે જોસતેજોના પરીણામ તરીકે મારી ખાતરી થઇ કે "કેટોલોનીયા" માં અરધા અરધ ખેડુતો મુખય કરીને એજ પરમાણે રોટી, શીંગ અને વટેણા ઉપરજ જીવેછે. "મેટેરો" ખાતેનો વખણાયલો ડાકટર "પાસનલ" કહેછે કે માંસ ઉપર જીવનાર માતબરો જેમને ખોટી રીતે કેહેવામાં આવેછે કે તેઓ ઉપર ખોદાની ખાસ મેહેરબાની ઉતરેલી હોયછે, તેવા માંસ ઉપર જીવનારાઓમાં જેટલી માંદગી ફેલાયલી જણાયછે તેના કરતાં દશમાં હીસા જેટલી માંદગી પણ ફકત ઘઉં અને મકાઇ ઊપર જીવનારા ગરીબોમાં માલમ પડતી નથી અને જેઓ "ઘઉં અને મકાઇ" ઉપર જીવેછે તેઓ જયારે માંદા પડેછે તયારે માંસ ખાનારાઓના કરતાં દશઘણી સેહેલાઈથી પાછા સાજા થઇ શકે છે.

સીતેર વરસના દોસાજીનું હેરત ભરેલું દુઃખ નીવારણ,—જયારે મારા પીતાજી પચાસ અને સાઠ વરસની વચેની ઉમરમાં હતા તયારે તેવણ પોતાના ધંધા ધાપા તરફ બેદરકાર બનયા હતા અને તેમનાં મનની હાલત એટલી બધી તો નબલી પડી ગઇ હતી કે તેવણને મનસે કુલે માણસજાત તેમના ધીકારમાં આવી પડયાં હતાં, રાત દીસનો છુપો બલાપો અને હુલેદરના સખત હુમલાઓથી તેવણ પીડાતા હતા, એટલુંજ નહી પણ તેમના સીતેરમાં વરસ સુધી એ પીડાકારીઓનું જોર હર પલે વધારો કરતું હતું. દેખઈતી રીતે તેમની દેહે લથડી ગઈ હતી. બદહજમી, સંધીવા, કમરનું અડી જવું અને બીજાં કેટલાંક દરદોથી તેમની જીંદગી એક બોજા સરખી થઇ પડી હતી. આવી હાલતમાં અને એટલી બધી મોટી વયે મેં તેવણને દરરોજના ખોરાકમાં ફેરફાર કરવાની સખત ભલામણ કીધી. તેવણે પરથમ શરાબની આદત છોડી દીધી. પાછલથી માંસના ખોરાકને છેલી સલામ કીધી. જીવ ઉપરની જોરાવરીથી બીડી પીવાનું પણ તેમને તજવું પડયું. જયારે સઘલુંજ તજવા બેઠા એટલે તેમને ચાહેની પણ જરૂર રહી નહી અને હાલ બોંતેર વરસની ઉમરે

તેવણુ આગલ કરતાં એટલા તો તંદરોસત અને મજબુત જણાય છે કે તેમનો એ ફેરફાર તુરત જણાઈ આવયા વગર રહેતો નથી. તેવણુ દર રોજ પોતાની બાસતી ઉપર બેસી છથી આઠ કલાકવેર પોતાના ધંધાનો લગતું કામકાજ કરી શકેછે અને આખાં કુટુંબને સારૂ કોઇવાર ઘેરની ઘંટીમાં અનાજ દલી આપેછે. વીસ વરસની વાત ઉપર તે જેટલી તનની મેહેનત કરી શકતો હતો તેટલી તે હાલ પણ કરી શકેછે એટલુંજ નહી પણ તે વખત કરતાં હાલની મેહેનત તે વધારે ખુશી અને આસાંનીથી કરેછે. કુલે માણસજાત તરફના ધીકાર, ગમગીની અને હુલેદરને બદલે હાલ તે ખુશ મીજાજી અને ખુશાલ રહેછે. તે પોતીકા કુટુંબ આગલ માણસજાતને માટે ઉદયોગ કેટલો ગુણગારોછે તે માટે વાએજીઓ ચલાવેછે અને જરૂર પડેછે તો અવાર નવાર જાહેરમાં પણ ભાશાન કરવાને આના કાની કરતો નથી.

"કેનેડા" ખાતેના "હેમીલટન" તરફથી આવેલો પતર.—ઠંડા મુલકમાં ભાજીપાલાનો ખોરાક ચાલી શકે કે નહીં એ માટેનો વારંવાર પુછાયલો સવાલ તમારા છેલા અંકમાં પાછો તાજો કીધેલો મારા જોવામાં આવયો છે. તમારો ખબર પતરી મારીજ મીસાલ ફરયાદ કરેછે કે તેના હાથપગ વારંવાર ઠંડા પડી જાયછે. બે વરસની વાત ઉપર જયારે હું માસ અને વનસપતીના ભેલસેલ ખોરાક ઉપર ગુજારો કરતો હતો તયારે મારી પણ એજ દુખભરેલી ફરયાદ હતી પણ હાલ તરણ માસ થયા "કેનેડાના" સરખો સખત શીઆલો મેં વગર હરકતે આસાની સાથ પસાર કીધો છે. અતરેની જગા ઉપર કેટલાક ફીટ ઉંડો બરફ બંધાયલો છે. અખાતો અને નદીઓ હજારો કોશના વીસતાર સુધી તમામ બરફથી બંધાઇ ગયાં છે. હવાની સરદી અતીઅંત સખત છે. એટલું છતાં મારી તંદરોસતી અને આંગ મધેના લોહીનું ફરવું આગલના કરતા ઘણું માફકસર છે. મારા હાથ પગ બીલકુલ ઠંડા પડી જતા નથી, અને મારો ખોરાક તદનજ સાદો છે—ફલફલાદી અને અનાજ સીવાય બીજું હું કશું પણ લેતો નથી (અતરે અમારે જણાવવું જોઇયે કે ૧૮૫૩ માં "હડસન બે કંપની"એ ચોકસ કીધું હતું કે તયાંની સખત ઠંડીમાં પોતાને અસતકના માણુસોને દરરોજ જે ખોરાક આપવો પડતો હતો તેમાં દર માણુસ દીઠ આઠ રતલ ફરએ માંસના કરતાં અઢી રતલ મકાઇનો આટો વધારે ગુણગારો અને પુશટીકારક થઇ પડયો હતો.) મારો એક મીતર "કવીબેક" ખાતે છે. જયાં શીયાલો છ માસ વધારે રહેછે અને

ઘણીવાર જુન માસ સુધી તયાં બરફ પડેલો જણાય છે તેવા સખત શીઆલામાં વટીક મારા તે મીતરે છેલ્લાં અગીયાર કરતાં વધુ વરસ થયાં ખોરાક તરીકે માંસનો ઉપયોગ કીધો નથી. તેનો બાંધો ઘણો અજબ જેવો રાથોડી અને મજબુત છે. એકજ ઘેરમાં મારી સાથે એક બીજો ગ્રહસ્થ રહેછે, તેણે છ માસ થયા ભાજીપાલાના ખોરાકની તપાસ લેવા માંડી છે, પણ તેની જુબાની એજ છે કે ઇંગલાંડમાં જયારે તે માસ અને ભાજીપાલાના ભેગા ખોરાક ઉપર રહેતો હતો તેના કરતાં ફકત ભાજીપાલાના ખોરાકથી અતરે તે વધારે મજબુત અને તંદરોસત થયલો લાગેછે. ઇગરેજો સાથ સરખાવતાં અમેરીકનો એટલા નાતવાન અને તંદરોસતીના બાબમાં ઉતરતા જણાયછે કે તે માટે હમેશાં ઇંગલંડમાં વાદવીવાદ થાયછે. ઘણું કરીને એ ફરકનું કારણ આબો હવાને લાગુ પાડવામાં આવેછે. મારા અનુભવ પ્રમાણે કારણ તદન ખોટું છે. હું તે ના પાડુંછું. એ ફરકનો મુખય સબબ ખાધ ખોરાકીના ફેરફારમાંજ છે. ઈંગરેજોને માટે ધારવામાં આવેછે કે તેઓ જબરા ડુકરખાઉ છે પણ "જોનાધન" અમેરીકનો એ બાબમાં "જોન બુલ" ને એક કોરે બેસાડેછે. ઈંગરેજો દીવસમાં એક વાર માંસ મલયું તો સંતોશ પાંમેછે, પણ અમેરીકા ખાતેના મુફલેસમાં મુફલેસ કારીગર અથવા ભુખે મરતા બેકાર "આઈરીશમેનો" ને જો દીવસમાં તરણ થાર માંસનો ખોરાક તેમનાં ભઠયારખાનાં માંથી મલતો નથી તો તેઓ બડબડવા અને ફરીયાદ કરવા માંડેછે. આવી રીતે તાવ અને દરદનો સડો તેમનામાં પેવસ થાયછે અને તેના પરીણામ તરીકે તેમને પતલા, દુબલા, ફીકા અને મરેહાલ હાલતમાં આપણે સાધારણ રીતે જોઇયે છીયે. ઈગલંડમાં માણસની જીંદગીની સાધારણ રાસ પાંતરીશ વરશની ગણાય છે. અમેરીકા ખાતે તે ફકત સતાવીશ વરસની છે, ઊમરના આ ફરકનું મુલ કારણ દેહેની ખરાબી કરનાર ખોરાકને લાગુ પાડવામાં આવે તો તે કોઇબી રીતે ખોટું અથવા સાધારણ અકલમાં નહી ઉતરે એવું નથી.

"થોમસ શીલીતો"નો અનુભવ—(૧૮૩૩ નાં મે મહીનામાં "એકસીતર હોલ" નાં દીવાંનખાનામાં કીધેલાં ભાશાણ ઉપરથી) જયારે હું એક નાનો છોકરો હતો તયારે કાંઇક ધાસતી ખાધાથી તંતુંઓને લગતા સખત દરદને હું વશ થઇ પડયો હતો અને જેમ જેમ હું ઉમરમાં વધતો તેમ તેમ દરદનુ જોર પણ વધતું હતું. ચોવીસમે વરસે મારી હાલત એવી તો માંદી થઈ પડી કે મારા વઈદે તુરત લનડન છોડી જવાની મને

તાકીદ કીધી અને શકતીનો ખોરાક લેવાની ભલાંમણ કીધી. સહવારના નાસતા સારૂ ઉંચામાં ઉંચો બીર અને ડુકરનું ગોસ અને બપોર રાતના ખાના ઉપર ઘણો સરખો બીર, વાઇન અને ફરએપણું અટકાવવા ખાતર ભાજીપાલાનો ખોરાક લેવાની મને ભલામણ કીધી. આવી રીતની ખાધ ખોરાકી ઉપર મેં વીશ વરસ ગુજારયાં, પણ મારી તનદરોસતી રફતે રફતે ગુમ થવા લાગી. મારી નેસો અને તંતુઓ એટલાં તો નાતવાન થઇ ગયાં કે અચઅુચો ઉંદર જોવાથી બે વાર મને માંદગીના બીછાનાં ઉપર પટકાતું પડયું. જુદા જુદાં કારણોથી હું એ પરમાણે ધાસતી ખાવા લાગો અને ધાસતી ખાવાની એ આદતથી મારામાં નાતવાની વધતી ગઇ. આખો દીવસ ખાધા પીધામા ધક ભરાતું અને હું એક ખાધરો અને છાકટ બનવા લાગો. મારા શરીરનો બાંધો ટકી શકવો મુશકેલ થઈ પડયો. મારાં મનની હાલત પુશકલ ચીરડાઉ અને જરા વારમાં ઉશકેરાઇ આવે એવી થઈ અને મને લાગું કે હવે જીંદગીની અજલ જે ઘડી જાય છે એટલામાં આવી લાગવાની. બીડી પીવાની મને છુટ મુકવામાં આવી અને દારૂ તથા પાણીની ભલામણ કરવામાં આવી પણ તેમની અસર પણ જેવી હું ઈચ્છુંછું તેવી થઇ નહી. મને મારી હાલત માટે બહુ ધાસતી લાગવા માંડી. ઉંધ લાવવા ખાતર "અફીણ" લેવાની પણ મને ભલાંમણ થઇ. દશ ટીપાંથી મેં "લાડેનમ" શરૂ કીધું. પણ દર ત્રીજી રાતે ત્રણ ત્રણ ટીપાં વધારતાં ૧૮૦ ટીપાં સુધી હું તે લેવા લાગો. તયાર પછી મેં તે છોડી દીધું. જ્ઞાનતંતુના દરદોના હુમલા ઉપરાંત હવે હું ચીંતા, પીતના ઉછાલા, સંધીવા અને નજલાથી હેરાન થવા લાગો. વારંવાર મને સરદી થઇ આવી મારૂં ગલું પકડતું. રખે કાંઇ નવી ધાસતી ખાઉં તેની ધાસતીમાં હું બાહેર નીકલતો અને એ મારી હાલત ઘણી ભય ભરેલી હતી. "હેમપશાયર" ખાતે જયારે હું થોડા દીવસ હવા બદલવા ગયો તયારે તયાંના એક વઇદની મેં સલાહ લીધી. તેણે ભલાંમણ કીધી કે ડુકરનું માંસ છોડી દેવો, સઘલી જાતના ફીનફીન થતા શરાબો તજી દેવા અને માસનો ખોરાક જેમ બને તેમ થોડો લેવો. વઈદ સાહેબનો આ ઈલાજ મને બહુ સખત લાગો. ખરેખર લનડન ખાતેના મારા વઇદે મારી ગમગીનીના હુલેદરના સરખા હુમલા અટકાવવા ખાતર નાસતા ઉપર જેટલો હું બીર લેતો તેના કરતાં બેવડો લેવાની ભલામણ કીધી હતી, પણ એથી ઉલટીજ સલાહ "હેમપશાયર" ના વઇદ તરફથી મલીયાથી પાછો હું મારા અસલી વઈદ પાસેજ તેનો ખોલાસો

મેલવવાને ગયેા. તેણે સલાહ આપી કે બધાં ફાંફાં છોડી દઇ મારે જુનામાં જુનેા મદીરા વાઇન પીવેા, અને તેની એક બાટલી જેટલી જલદીમાં જલદી પુરી થાય એટલું સારૂં. મેં આ સલાહ પ્રમાણે "મદીરા વાઇન"ની એક બાટલી રાતના આઠ અને દશ કલાકની વચે પુરી કરી આપી. પણ અગરજો હું એક બાટલી ભરીને સેાજું પીવાનું પાણી પીતે અને તેની જેટલી અસર મારામાં થતે તેટલીજ અસર આ ઉંચેા દારૂ પીધાથી પણ થઇ. છેલે સરવાલે ઉપલા "હેમપશાયર"ના વઇદની સલાહ અને વધારે ખાતરીપુરવક જણાઇ અને મેં પરમેશવંરને નામે તેની સલાહ પ્રમાણેનેા અખતરેા અજમાવવાનેા ડેડાવ કીધેા. ઉંઘ લાવવા સારૂ હું જે "લાદેનમ" લેતેા હતેા તે મેં લેવાનું બંધ કીધું, ફીન ફીન થતા શરાબેાને તજયા અને સહવારના નાસતા ઉપર માંસનેા ખેારાક લેવાના અભાડા કીધા. મારી તંદરેાસતી ધીમે ધીમે સુધરતી ગઇ. મેં તદન ભાજીપાલાના ખેારાક ઉપરજ જીવવા માંડયું અને તયારથી આજની ઘડી સુધી મારી તંદરેાસતી સુધરતીજ જાયછે. પચાશ વરશની વાત ઉપર જયારે હું માંસનેા ખેારાક, વાઇન તથા બીજા જલદ શરાબેા, અને ફીન ફીન થતેા બીર લેતેા હતેા તયારે મારા આંગમાં જે તાકાદ હતી તેના કરતાં હાલ હેંશી વરસની ઉમરે હું વધુ કઉવત ધરાઉંછું. મારેા પીતનેા ઉછાલેા, સંધીવા, નજલેા, એ સરવે દરદેાથી હાલ હું તદન નીરાલેા છું અને સરવેથી ભયંકર ગમગીનીનેા ઉધરભાવ જેથી હું હર પલે હેરાંન થતેા હતેા તેનેા પણ ગલબેા હાલ મારા ઉપર લાંબેા વખત થયેા બીલકુલ થયેાજ નથી. માછલી, માંસ યા મરઘી બટક, અને શરાબેાનેા મેં છેલ વેહેલેા ઉપયેાગ કીધેા હતેા તેને તરીશ વરસ થયાં છે. અને તયારપછી દવાને ખાતર પણ હું શરાબનેા ઉપયેાગ કરતેા નથી. મને માફક આવતેા સરવેથી સરસ ઇલાજ ઉપર જણાવી તે મુજબની માતર પહરેજીજ છે. માંસનેા ખેારાક અને શરાબની પહરેજીથી મારા તાતા અને બરીએલ મીજાજ ઉપર પણ ઘણી ગુણગારી અસર થઇ છે, જ્ઞાનતંતુના દરદેાથી મારેા મીજાજ જરા જરામાં ઉશકેરાઇ આવતેા હતેા તે ઉપલી પહરેજી પુઠી હાલ ઘણેા મધયમ અને શાંત થયેા છે.

તન અને મનની પહરેજી.

આપણે સાધારણ રીતે બોલીયે છીએ કે માણસની દરરોજની પેહેલ વેહેલી ફીકર પેટ ભરવાની છે. "પેટને ખાતર વેઠ" કરવી પડે છે એ ખરૂં છે, તોપણ પેટને ખાતરની માણસ જાતની ઘણીખરી ચીંતા અને ફીકર વગર જરૂરની છે અને ભુલ ભરેલી છે. એ ભુલ ભરેલી ચીંતા માણસ પોતાનાં અજ્ઞાનંપણાથીજ વધારી મુકે છે. શરીરને પુરતું મજબુત અને તંદરોસત રાખવા ખાતર કેટલા ઓછા ખોરાકની જરૂર છે તે ઘણાજ જુજ ઇનસાંનો સમજેછે. ઘણું ખાધા પીધાથી કેવાં ઘાસતી ભરેલાં પરીણામો નીપજે છે તેની સમજ પણ થોડાંઓનેજ હોય છે. જેમ ભાત ભાતની ઘણી વાણીઓ છેને સરવાલે તનદરોસતીનો નાશ કરનારી થઇ પડે છે તેમજ ખોરાકનો વધુ જથો પણ નુકસાનકારક નીવડે છે. અગરજો જીંદગીને નીભાવનારો અવશયનો ખોરાક તે પરમદયાલુ ઇશવરે થોડો અને મોંઘોજ સરજયો હતે તો લખો અને કરોડો ગરીબોને આપણે નબલા, નાતવાંન અને મરે હાલ હાલતમાં જોતે, અને માતર માતબરોજ સંપુરણ તનદરોસતીમાં જણાતે. પણ આપણે હાલમાં સાધારણ રીતે જે જોઇએ છીએ તે તો તદન ઉલટુંજ છે. સાદામાં સાદો ખોરાકજ ખરેખરો પુશટીકારક અને તનને કુવત આપનારો છે અને મનને તાજગી બખશનાર ખોરાક પણ સાદામાં સાદોજ હોયછે. નજલાના દરદથી શું તમે કોઈપણ મેહેનતુ ગરીબને હેરાન થતો જોયો છે? એ દરદ ખસુસ કરીને દોલતનું ગણવામાં આવેછે પણ ખરેખર તો દોલતથી ખરીદવામાં આવતાં ઉંચી જાતના ભાતભાતના પકવાનોનું એ એક હકદાર પરીણામ છે. અગરજો પેટ ભરાય એટલાજ સાદા ખોરાકથી આપણે સંતોષ પાંમતાં હોઇએ તો નાશ પામનારી અને નાબુદ થનારી ખોરાકીને માટે નાહેકના ચીંતાતુર થયાને બદલે આપણું ચીત વધારે મોતેબર બાબદો ઉપર લાગી શકે.

ખાધા પીધાની દરરોજની ચીંતાનો એક સબબ ખાશખોરાકીને લગતાં અજ્ઞાનપણામાં છે, બીજો સબબ બાપદાદેથી ચાલતી આવેલી રસમ અને કોઇપણ જાતની આદતમાં છે. આપણે જે ખાતા આવયા છીયે તેજ આપણને પસંદ પડેછે પણ તે તનદરોસતીને માફક આવે છે કે નહી તે જાણવાની બીલકુલ આપણે દરકાર કરતા નથી. આદતનો કાબુ આપણા ઉપર અજબ સરખો હોય છે. મન અને તન બેહુ એક

સરખી રીતે આદતને આધીન રહેછે. ફેર જે વગર આદતવાલા ઇનસાનને જરામાં જરા કમરસથી બેજાન કરી નાખે છે તે દરરોજની આદતવાલા શખસને બહુ નુકસાન કરી શકતું નથી. કેટલાંક ઇનસાંનો દર રોજ એટલું "આરસેનીક" ખાય છે અને બીજાં કેટલાંકો દરરોજ એટલું અફીન કટોરામાં દોહોવીને પીએ છે કે જેટલા જરામાં વગર આદતવાલાં કેટલાંક માણસો તુરત બેભાન થઈને પડે; તે છતાં તેમને તે ખાધા અથવા પીધાથી કશું નુકશાન થતું નથી. એજ પ્રમાણે તંબાકુ જે કેટલાંક કાતેલ જેહેરો ધરાવેછે તે કેટલાંકોને મનસે દરરોજની રોટી કરતાં વધારે પયારો હોય છે. એ પ્રમાણે કેટલીક ચીજો જે એક માણસનો ખોરાક ગણાયછે તે બીજાના બાબમાં જેહેર થઇ પડે છે. આદત એ માણસ જાતની ગોયા બીજી ખાશયતજ છે. પણ એ બીજી ખાશયતને ખાતર અસલ ખાસ્યતને તુરત ભુલી જવી નહી જોઇયે. કોઇપણ પ્રાણીના શરીરના બાંધા અને દાંતોની હાલત ઉપરથી તુરત કહી શકાય છે કે તેને માટેનો લાયક ખોરાક શું છે. વાઘના દાંત ગવાહી પુરે છે કે તેને માટે માંસજ નીરમાણ કીધેલું છે. ઘેટાંના દાંત કહેછે કે તેની સરજતમાં ઘાસજ ખાવાનું ઠેડવેલું છે. એ તેમની અસલ ખુદરતી ખાસીયત છે, પણ અગરજો તમે એક ઘેટાંને માસ ખાતાં શીખવશો તો તે પેહેલી આનાકાની છતાં ફરજનું મારયું શીખશે, એટલુંજ નહી, પણ તે શીખયા પછી ઘાસને ધીકારી તે ખાવાને ના પાડશે. માંસ ખાવાની એ આદત ગરીબ બીચારાં ઘેટાંની એક બીજી ખાશયત થઇ પડશે પણ તેથી ઘાસ ખાવાની ઘેટાંની અસલ ખાશયત તેજ તેની ખુદરતી ખાશયત ગણાવાની. પણ એવી કીસમની ઉલટી ખાશયતના ખોરાક ઉપર જેટલી તનદરોસતી સચવાય તે કરતાં વધુ તનદરોસતી અસલ ખાશયતમાં ખુદરતે નીરમાણ કીધેલા ખોરાકથી સચવાવી જોઇયે એ સવભાવીક છે. ખુદરતનો ધારો જે ખોદાઇ ધારો છે તે તોડવાથી કાંઇપણ નુકસાંન તો થવુંજ જોઈયે. તમે ખરાબી કરો અને તેથી સારૂં ફલ નીપજે એમ તો બનેજ નહીં. ગમે એવી ખોટી આદત લાંબા વખતની ચાલતી આવેલી હોય, ગમે એવી ખોટી આદત તમને અનપસંદ થઇ પડેલી હોય, એટલું છતાં ખોટી આદતને તમે અકલની રાહે ખરી ઠેડવી શકશો નહીં. જે આદત ખરી નહી, જે આદત ખુદરતના નીરમાન કીધેલા કાનુંનોથીજ ઉલટી, તે આદત ગમે એટલી તમને વહાલી હોય અને ગમે એટલા લાંબા વખતની ચાલતી આવેલી હોય એટલું છતાં શું તમો તેને નજર ઉઘડયા પછી પણ વલગી

રેહેવામાં ડાહપણ ભરેલું સમજશો? જે ખરૂં હોય, જે વાજબી હોય, જે ખુદરતના ઠેડવેલા નીયમ પરમાણેનું હોય તેનેજ તમો કબુલ રાખો, અને તેને વલગી રેહેવાથી વખત જતાં તે પણ પસંદ પડતી આદતજ થઈ પડશે. પણ તેથી ઉલટી રીતે એક ખોટી ચીજ, એક નુકસાનકારક ચીજ, ખુદરતના નીયમ અને કાનુનથી તદન ઉલટી, જેવી કે છાકટપણું—તેને તમો કબુલ રાખો, તેની પણ તમને આદત પડશે—પણ તે આદત ગમે એટલો લાંબો વખત વેર ચાલુ રેહેવા છતાં કોઈબી રીતે વાજબી આ ગુણગારી ઠડવાનીં નથી.

એ પ્રમાણે આપણે તપાસ્યું કે "અજ્ઞાનપણું" અને "આદત" એ માણસ જાતના બે શતરૂઓને આધારે ખરેખરી જરૂર કરતાં પેટને ખાતર વધુ ચીંતાતુર થઈ પડેછે. "અજ્ઞાનપણું" અને "આદત" એ બે મુખય શતરૂઓ જેબી કાંઈ ખરેખરી અગતનો ખોરાક નથી તે ઉપર નાહેકનો ખરચ કરાવેછે અને જે ખોરાક પુરતો નથી તે ઉપર તે મેલવવા પાછલની મેહેનતમાં તેને નાખેછે. દાખલા તરીકે એક બીજાની નકલ કરવાની માણુસ જાતની વાંદર ચાલથી જુઓ તે ખોરાક મેલવવા ખાતર કેવાં અણુઘટતાં ફાંફાં મારે છે! ગરીબો એમજ વીચારેછે કે જે ખાણી-પીની ઉપર માતબરો મારો ચલાવેછે તેજ પસંદ કરવા જોગ ખોરાક હોયછે. આ વીચારથી ગરીબો માતબરોની વાંદર નકલ કરેછે. ચા, કાફી, તંબાકુ, ઇતયાદી પારકા મુલકની વસતુઓ પેહેલ વેહલી જ્યારે ઇંગલાંડમાં દાખલ થઇ તયારે તે એટલી બધી તો મોંઘી હતી કે માતર માતબરોજ તેમનો ઉપયોગ કરી શકતા, જેમ જેમ તેઓ સસતી થતી ગઇ તેમ તેમ બતંગ હાલતના ગરીબો પણ તેમનો ઉપયોગ કરવા લાગ્યા કે જેઓ માન માન પોતાના કુટુંબનું ગુજરાન ચલાવી શકતા. વાંદર નકલ કરવાની આ નુકસાંનકારક આદતથી બનેછે એમ કે ગરીબનાં બચાંઓ અરધાં ભુખે મરેછે કેમકે ગરીબો ખુદરતના નીરમલ પાણી ઉપર આગલની મીસાલ સંતોશ પામી શકતાં નથી. સરવે પ્રાણી માતરનું ખુદરતી પીનું પાણી છે; માણુસને માટેની પણ એજ માતર ખુદરતી બખશેશ છે. ખુદરતી પાણી ઉપરાંત બીજું જેબી તે પીએ છે તે પણ રંગ આપેલું અને સવાદદાર બનાવા જતાં કેટલીકવાર બેસવાદ બનાવેલું પાણીજ હોય છે. પણ શું એ રંગીન અને બેસવાદ પાણીઓ ગરીબોને માટે જરા પણ ખાસ જરૂરનાં છે? તનને કુવત આપવા, શરીરને મજબુતી આપવા,

મનને તાજગી બખશવા ખાતર દરરોજના ખોરાકની જે જરૂરની હાજત છે તે કોઈબી રીતે ફક્ત ખુદરતી પાણીને રંગ આપવાથી અથવા તેને વધુ સવાદીશત બનાવવાથી ટલતી નથી. એટલા ખાતર ગરીબ અને તવંગરો બેઉને ચોક્સ જાતની ચેતવણીની જરૂર છે. ૧ લું. તવંગરોએ આટલું ધયાનમાં રાખવું જોઇયે કે જે ખાધા પીધાની મોજ મજાહને તમે અગતની વીચારી આગલ વધારો છો અને તમારી ખાનાની ટેબલને જે જે વગર અગતની ચીજોથી શોભાવો છો તેજ ચીજોને ગરીબો અગતની વીચારી તે મેલવવાનાં ફાંફાં મારશે, અને એવી વગર અગતની ચીજો મેલવવાના પછાડામાં પોતાને લાયકની ખરેખરી અગતની અને હાજતની ચીજો તેઓ ગુમાવી દેશે માટે તેઓએ બનતાં સુધી ગરીબોને સારોજ દાખલો આપવો જોઇએ. ૨ જું. ગરીબોને માતર હમો એટલુંજ કહીએ છીયે કે તમારી ઝાઝી ગુંજાસ નહી હોય અને ખરચીની ખુટ હોય, તો તે ટુંક ગુંજાસને પુરેપુરાં ડાહપણથીજ ખરચજો, અને તેટલી ટુંક ગુજાસમાં તનમનની પુશટી ખાતર જેટલો બધો લાભ લેવાઇ શકાય એટલો બધો મેલવવાની કોશેશ કરજો. કદીપણ એમ વીચારતા ના કે ખાધા પીધાની બાબદમાં તમને તેમજ કોઇને પણ બરોબર માફક આવતા ખોરાક માટે સઘલા માતબરોએ અભયાસ કીધેલો હોય છે અને એ બાબદ તેઓજ માતર પુરતી રીતે સમજે છે. ખાધા પીધાની બાબદમાં માતબરો પાસ શીખવાનું કાંઈપણ નથી, તેઓની રીતભાત અને ખાની પીનીથી દુર રેહેવામાંજ ગરીબોનો ખરો લાભ સમાયલો છે. જુવો, ઇંગલાંડમાં છાકટપણું અટકાવવા માટેની જે જુંબેસ ચલાવયામાં આવી છે તે વીશે તવારીખ શું બતાવે છે. પચાસ વરસની વાત ઉપર "પરેસટન" ખાતેના સાત મજુરોએ એક બીજાને કસમ આપયા કે તેઓએ શરાબનો એક છાંટો પણ લેવો નહીં. જેમના આ કસમની હસી મસકેરીમાં આખી દુનયા સામેલ થઇ હતી અને જેમ આજે તમારો કમનસીબ "પારસી બાજીખાઉ" પોતે ઘણાક બકરાખાઉ પારસીઓ, ગાયખાઉ મુસલમીનો, અને ડુકરખાઉ ખરીસટીઓની હસી મશકેરીમાં આવી પડયો છે તેમજ "પરેસટન"ના આ સાત મજુર વરગના ગરીબ પણ ખરા સુધારકોને પોતાના દેશની આખી પ્રજાથી ખમવું પડયું હતું. તબીબો દરદીઓને શરાબોની ભલામણ કરતા. ગરીબો અને તવંગરો મોટા અને નાના સરવે એક અવાજે બોલતા કે જલદ શરાબો આંગને જલદ બનાવી મજબુતી આપેછે. પણ "પરેસટન"ના ખંતી સુધારકો હાલના કહેવાતા

સુધારકોના સરખા હીચકારા, બાયલા અથવા બીહીકણ નહી હતા. તેઓ કોઇ પુરાતન ધરમનું નખોદ વાલવા નહી બેઠા હતા. તેઓ કોઈ બાપદાદાથી ચાલતા આવેલા ધરમના એતેકાદને તોડવા માંગતા નહી હતા. તેઓ પોતાનું કામ સમજતા હતા. તેમનું માથે ઉઠાવેલું કામ કેઠલું લોકો પયોગી, લખોનું તારણ કરનારૂં અને કરોડોને માટે ગુણકારૂં હતું તે માટે તેમની ખાતરી હતી. "પરેસટન" ના સાત ગરીબ મજુરોએ છાકટપણાંની બદીને તોડવા ખાતર જે હાંમ ભીડી તેમાં તેઓએ ગમે એટલી હસી મસકેરીનો દરકાર કીધી નહી તેઓએ પોતાનાજ દાખલાથી સાબેત કરી આપ્યું કે શરાબના બીલકુલ વપડાસ વગર તેઓ સખત મજુરી કરી શકેછે. તેઓએ પુરવાર કરી આપયું કે મધ્યમસર શરાબ પીનારાઓ કરતાં પણ શરાબને બીલકુલ નહી અડકનારાઓ લાંબી ઉમર ગુજારી શકેછે. તેઓએ પુરવાર કરી આપયું કે સરવે ગરીબ વરગના મજુરોમાં પીઠાંવાલાઓ, દારૂવાલાઓ અને છાંટાપાણીના ઉસતાદો સરવેથી વેહેલા મરેછે. પચાસ વરસની વાત ઉપરના "પરેસટન" ના એ સાત ગરીબ મજુરોના વીચાર સાથ આજે આખી સુધરેલી દુનયાં એકમત થઇ છે. આજે કેટલીક ઇસપીતાલો સ્થાપવામાં આવી છે જ્યાં દવાને ખાતર પણ શરાબનો ઉપયોગ કરવામાં આવતો નથી. આજે છાકટપણાંના મથક તરીકે જાણીતાં ઇંગલંડમાં મામલો ઉલટાઈ ગયો છે. જેઓ એક બીજાની નકલને ખાતર, લાંબી ટેવને ખાતર, અને બીજાં જુદાં જુદાં કારણોથી છાકટ બનતા તેઓ આજે તેજ સબબોસર શરાબને તજી દેતાં શીખયા છે. આગલ શરાબને તજનારા ઇંગલંડમાં નવાઇ સરખા ગણાતા હતા, પણ હાલ તેમની નવાઇ નાબુદ થઇ છે અને રસતે રસતે તમને ઘણાક એવા મલશે કે જેઓએ શરાબને તજવાના કસમ લીધેલા હશે. ઇંગિરેજી લશકરમાં મદીરાનો તયાગ કરનારાઓની સંખયા ૧૦,૦૦૦ નીછે અને તેઓ શરાબની મદદ વગર વધારે સેહેલાઇથી લાંબી મંજલો કરી શકેછે અને લડાઈના રણમાં વધુ મરદાનગીથી લડી શકેછે. વહાણોના હજારો ખલાસીઓએ પણ શરાબને તજવાના સપત લીધેલાછે અને તેઓ પોતાનું કામ વધુ આસાનીથી બજાવી શકેછે. અજ્ઞાનપણું જે બદીની એક જાણીતી માવતર છે તે રફતે રફતે દુર થતી જાયછે અને શરાબની મોહોકાણો તરફ લોકોની આંખ ઉઘડતી જાયછે. એજ પરમાણે ખાધ ખોરાકીના બાબમાં પણ ઇનસાનની નજર ખોલવાની ભારે જરૂરછે. ખાધ ખોરાકીથી શરાબના જેવી

ખોરાકી અને ઉઘાડી ખરાબી થતી નથી અને તેથી માણસો ખરા ખોટા ખોરાકના બાબમા બેદરકાર રહેછે પણ કેટલાક નામીચા તબીબોનો ચોકસ અભીપરાય છે કે શરાબના કરતાં ખાધરાપણાથી માણસજાત વધુ જાતના દરદોના સપાટામાં સપડાયછે. ઘણો ખોરાક, ઉંચો અને ભાત ભાતનો ખોરાક, ભારી અને જરપત થવે મુશકેલ એવો ખોરાક, માણસ જાતનો ગોયા એક મુદઇ છે, પછી તે ગમે એટલો સવાદીશટ હોય, મનભાવતો હોય, લાંબા વખતનો ચાલતો આવેલો હોય, તો શું થયું! એકવાર નજર ઉઘડયા પછી કુદરતનો ઉતમ અને માણસ જાત માટે નીરમાણ કીધેલો અસલ ખોરાક જે ભાજીપાલો, અંનાજ, અને ફલફલાદી તોજછે તેને માતર જીભના શોખ, આદત, અથવા ભુલભરેલા વેહેમોને ખાતર પડતો નાખવો એ કામ પરમ દયાલુ ઇશવરે ઇનસાન જાતને આપેલી ઉતમમાં ઉતમ નવાજેશ જે અકલછે તેજ અકલનો અનાદર કરવા બરોબર છે.

ખાધખોરાકીને લગતા બે અગતના અખતરા.

એક વીદવાન પોતાનો હેવાલ આપતાં જણાવેછે કે હાલ ચોતરફથી ભાજીપાલાની ખાધખોરાકી માટે બહુ પુછપરછ થાયછે, એ પુછપરછ શા સબબથી થાયછે તે હું કહી શકતો નથી. કદાચ તે હાલમાં ચાલતી ધંધાધાપાની માઠી હાલતને લીધે હોય, કદાચ તે પ્રાણીઓમાં ચાલતી મરકીને લીધે હોય અથવા કદાચ તે માસના ખોરાકની મોઘવારીને લીધે પણ હોય. ગમે તે સબબસર, તોપણ હાલ ભાજીપાલાની ખાધખોરાકી માટે ચોતરફથી પુછપરછ ચાલેછે એ તો ખરૂંજ છે. જયારે એ પરમાંણે કુદરતના એ ઉતમ ખોરાક માટેની ખરી સચાઇ જાણવાને પુશકલ લોકોથી ઇનતેજારી બતાવામાં આવે છે તયારે હું ધારૂંછું કે એ ઉતમ ખોરાકીની હીમાયતમાં એક રતલના જેટલી તકરાર કરવાંને બદલે માતર એક આંઉસનાં જેટલી ખરેખરી બનેલી હકીકતજ જણાવયાથી વધુ ફાયદો થશે, અને તે ઉપરથી એ ખોરાકના સંબંધમાં મારો પોતાનો અનુભવ અતરે જાહેર કરવાની હું રજા લેઉંછું. મારે મનસે તો ભાજીપાલાના ખોરાકની જે અસર મારામાં થઈ છે તે ખરેખર અચંબા સરખી છે. ઘણું લંબાણુ ન કરતાં થોડીજ હકીકત જંણાવવાને હુ દરસ્ત

વીચારૂંછું. મારો અનુભવ કોઇબી રીતે લાંબા વખતનો તો નથીજ માતર પાંચ વરસ થયાં હું "અન ફ્લ શાક" ઉપર જીવું છું, "અન ફ્લ શાક" માં માતર ભાજીપાલોજ નહી પણ અનાજ, ફ્લફ્લાદી, અને તર તરકારી

સમાયલી છે અને એટલીજ જાતના ખોરાક ઉપર પાંચ વરસ થયાં હું મારૂં આસાની સાથ ગુજરાન કરી શકુંછું. આશરે ૭ વરસ થયાં મેં તંબાકુ અને શરાબને પણ તજયાં છે. "અન ફ્લ શાક" તરફ બાહેરના કશાં પણ ખેંચાણ વગર અંદરખાનેની મારી ખુદરતી લાગણીઓથીજ હું ખેચાયો હતો, અને તેમાં એ ઉતમ ખોરાકને લગતાં વીદવતા ભરેલાં સાહીતય, ભાશાંણો, નીબંધો ઇતિયાદીથી વધુ અસર થઈ હતી, તો પણ હું ખાતરીથી એટલું તો કહી શકું છું કે ભાશાનો અને સાહીતયની મારી ઉપર એટલી બધી અસર થઇ નહી હતી કે જેથી હું એકદમ એ ખુદરતી ખોરાક ઉપર વટલી જાઉં. અંદરખાનેની દીલની છુપી બશારતથીજ મેં એ પગલું ભરયું હતું અને મને અજાયબી સાથ જણાવવું પડેછે કે આસપાસનાં સાંધણોના ધ્યાન વગર અગર જો માણસજાત હમેશાં પોતાનાં મનની અને અંતઃકરણની છુપી બશારતો ઉપર ધયાંન આપી હરએક બાબદમાં રસતો લીયે તો તેઓ હાલનાં કરતાં કેટલે બધે દરજજે ખરેખરી ઇશવરી રાહા ઉપર ચાલનારા નીવડે. પણ એ ફીલસુફી સાથ હાલ મારે કશું કાંમ નથી. વીદયાના કાયદાથી "અન ફ્લ શાક" ની તપાસ લેવા પણ હું માગતો નથી; કેમકે તે મારા કરતાં ચહડતે દરજજેનાં વીદવાનોએ પુશકલ કાબેલીયત સાથ લીધેલી છે. "અન ફ્લ શાક" ની હીમાયતમાં જે જથાબંધ શાહદતો ભેગી કરવામાં આવી છે તેમાં મારે લગતા એકાદ બે દાખલાઓજ ઊમેરવાની મારી મુલ મકસદછે.

હું એક માતેલો, દબરો, દોંગો અને માસનો ગોયા ડુંગર છું અને મારા શરીરમાં માસે ગોયા દમબદમ વધવાનું "કોનટ્રાકટ" લીધેલું હોય તેમ તે વગર અચકવે વધયુંજ જાય છે. મારી મા અને બાપ બેઉની તરફથી માંસનો વધારો ગોયા મને વારસામાંજ મલેલો છે અને આગલા વખતના વડીલોથી મારા કુટુંબમાં નજલો એટલે વેર ઉતરતો આવયોછે, કે મારા એકાદ બે વડીલોને એ વારસાના બદલામાં પોતાના કાચઅરા જાન પણ બરબાદ કરવા પડયા હતા. જયારે હું એમ કહુંછું કે નજલાનો વારસો મને પણ મલયોછે તયારે વાંચનારે એમ નહી ધારવું કે તેની થોડી ઘણી નીશાનીઓ અથવા ચીનહ જણાયાં હશે. પણ ખરે-

ખરજ હું તેના સપાટામાં આવયોછું. ચાર વરસની વાત ઉપર નજલાના સરવે ચીનહો મને જણાવા લાગાં. તબીબોએ પોતે પણ અભીપરાય આપયો કે મારા શરીરમાં ચીનહો નજલાનાજ હતાં. નજલાનો સખતમાં સખત હુમલો મારા ઉપર કદી પણ થયો નહી હતો પણ તે થવાની અણી ઉપર હતો અને મને સલાહ મલી હતી કે તે જેમ વધારે સખત રૂપ ધારણ કરશે તેમ મને ઉતાવલેથી ફાયદો થશે. મારૂ કલેજું પણ બગડેલી હાલતમાં જણાયું અને મને યાદ કીધાથી માલમ પડયું કે મારી જુવાનીમાં મારા પીતાજી પણ કલેજાંના દરદથી હેરાન હતા. કલેજાંના દરદથી હુ બે વાર સખત માંદગીમાં પડયો હતો. જે બંનેની છેલી માંદગીને આજે છ વરસ થવા આવયાંછે. તે વેલાનું મારૂં દુઃખ નહી ખમી શકાય એવું હતું અને મારી જીંદગી પણ ઘણી ધાસતીમાં હતી. એજ દરદ વેલાએ પથરીનો દુખારો અત્યંત હતો. એક વેલાએ મેં neuenahr નું પાણી પીધું અને થોડો વખત વેર દુખારો નરમ પડયો પણ તે થોડાજ વખતની આસાની હતી. ઉપલા જરમન પાણી પીધા પછીનીજ મારી ઉપલી કલેજાની માંદગી ઘણી વધી ગઇ હતી. વધારે મારે એ જણાવવું જોઇએ કે ઉપલી વેદનાઓ સાથ મારી પીઠમાં, કમરમાં, પાંસળીઓમાં અને જમણી તરફની જાંગમાં પુશકલ દુખારો થતો હતો અને મારી ચાલવાની શકતીમાં પણ ભય ભરેલો ઘટાડો થયો હતો. આટલા ટુંક હેવાલ ઉપરથીજ વીદવાન વઈદરાજો પીછાણી શકશે કે હું કેવી હાલતમાં હતો, અને સાધારણ માણસોની ખાતરી થશે કે હું કેવી માઠી હાલતમાં હોઇશ. હાલ મને એટલુંજ લાગેછે કે તે વેલાએ હાલના સરખી ઉમર સુધી હું જીવી શકીશ એમ મને સુદલ વકી નહીં હતી. એટલું છતાં માંદગીથી કંટાલીને અને મોતની ધાસતીને ખાતર મેં "અન ફલ શાકનો" સાદો ખોરાક ચાલુ કીધો નહી હતો. મેં ઉપર કહયું તેમ વધારે ઉંચે પરકારની ખોદાઇ બશારતથીજ મને લાગ્યું કે તે પ્રેમ-દયાલુ ઈશવર મારાથી કાંઇ પણ ઉતમ રાહની આશા રાખેછે અને તેજ મારે અખતીયાર કરવી જોઇએ. મારી માંદગી અને શરીરની હાલતના આ ચીતાર સાથ મારે ટુંકમાં તે વેલાની મારી જીંદગીનો ચીતાર પણ ઉમેરવો જોઇએ. ખસુસ કરીને હાલચાલ કરયા વગર બેસીનેજ ધંધો ધાપો કરવાની મને આદત પડેલી હતી. હું શીક્ષકનો ધંધો કરતો હતો. સહવારના નાસતા ઉપર ચાહા અથવા કાફી સાથ રોટી, માખન અને ઈંડાં લેતો. બપોરના ખાંણા ઉપર ઘણું સરખું માંસ, થોડી તરકારી,

રોટી અને મીઠાઇ, સાંજનાં ચાહા અથવા કાફી, રોટી અને માંખન; અને રાતનાં ખાણાં ઉપર માંસ અથવા માછલી અને કોઇ કોઇવાર પનીર અથવા તરકારી લેતો, એ ખોરાક સાથ મારે શરાબને પણ ઉમેરવો જોઇયે, કેમકે જ્યાં સુધી મેં શરાબને તદન તજ્યો નહીં હતો તયાં સુધી તે પણ ખાના ઉપરની એક જરૂરની ચીજ હતી. આ શરાબમાં "વાઇન," "બરાંનડી" અને કોઇજવાર "બીર" હતો. આ મુજબ આગલા વખતની મારી ખોરાકી અને મારાં શરીરની ખરી હાલત બેઉ હું જણાવી ચુકો છું અને હું હાલની હાલતના બીજા અખતરા ઉપર આવુંછું. હાલ પણ હું એક શીક્ષકનોજ આગલોજ ધંધો ચલાઉંછું પણ હાલ નાસ્તા ઉપર હું થોડાક ગોલની સાથ "સકોચ ઓટમીલ"ની ખીર (પોરીજ) લેઉંછું. બપોરના ખાના ઉપર તરકાવીનો સેરવો, તરતરકારી, અને ચોખા, સાબુ ચોખા ઇતયાદીનું પુડીંગ લેઉંછું. સાંજના ચાહાને બદલે રોટી, માંખન, ઇંડાં, અને બપોરના સરખું કાંઈ પુડીંગ લેઈ રાતનું ખાનુ તદનજ અખાડા કરી જાઉંછું. ચાહા અને કાફી કોઈ કદાચજ લેઉંછું અને શરાબોની ગરજ રાત બપોરના ખાના ઉપર મનભાવતી ફ્રુટ ખાઇને સારૂંછું. પુરેપુરો હેવાલ લખવા ખાતર મારે જણાવવું જોઇએ કે આગલ "એસીદ"થી બનાવેલી ચીજો હું પીધામાં લેતો હતો, જેની ચોકસ અસર ગુરદા અને કલેજાં ઉપર થતી હતી તે ચીજો પણ હાલ મેં તદન તજી દીધી છે. મારા શરીરની આગલી હાલત મેં જણાવી છે, તયારપછી આગલી અને હાલની ખાધખોરાકીનો ફરક દરશાવયો છે અને માતર એ ખોરાકીના ફેરફારનું પરીણામ મારે માટે જણાવવાનું બાકી રહયું છે.

૧. શરીરનું દબરાપણું—"ડાકટર સેમબ" પોતાને હાથે લખેલાં પોતાના જનમ ચરીતરના કાબેલયત ભરેલા હેવાલમાં જણાવે છે કે માણસનાં બાંધાની બીગડેલી હાલતમાં જ્યારે સુધારો થવા માંડે તયારે તે રફતે રફતે થાય છે. માઠી હાલતમાંથી પરથમ તે થોડી સુધરેછે, પછી વધુ સુધરેછે, અને છેસે તદન સુધરીને તંદરોસતી ઉપર આવે છે. હું આગલ જણાવી ચુકોછું કે દુલદુલપણું મને ઓધે ઉતરેલું હતું. કોઇબી વખતે બચગીમાં પણ હું દુબલો હોવું એવું મને યાદ નથી. એટલું છતાં મારી હાલની ખાધખોરાકીથી કાંઇબી શક વગર મારૂં વજન ઘટી ગયું છે અને ઘેરાવામાં આગલનાં કરતાં હાલ હું વધારે ઓસરયોછું.

૨. નજલો, કલેજા અને ગુરદાનું દરદ—હાલની હાલત ઉપરથી જો હું કાંઇબી અભીપ્રાય આપી શકું તો તે એ છે કે મારા આગલા શતરૂઓથી તદનજ હું નીરાલો છું. કોઇ કદાચ મારા પગ ઉપર જુના શતરૂનો હુમલો આવતો હોય એવાં સેહેજ ચીનહ જણાયછે પણ તે ઉપરાંત બીજું વધારે કશું પણ હું જાણતો નથી. પીઠનો દુખારો, કમરનો દુખારો, પાંસરાનો દુખારો, જાંગનો દુખારો, અને તેમની સાથની બીજી દુખ ભરેલી પીડાકારીઓ ગઇ છે-સદનતર ગઇ છે-અને કોઇ કદાચ જો તે પાછી આવે છે તો તે ઘણે લાંબે વખતે અને ઝાંઝા જોસ વગર; આગલના સરખા સખત હુમલા જેવું કાંઈપણ નથી.

૩. મારી સાધારણ તંદરેાસતી એવી છે કે જયારથી મેં "અન ફ્લ શાક" ઉપર ગુજરાન કરવા માંડયું છે તયારપછી મને દવાનાં એક ગલાસ, એક ગોલી કે ફીનફીન થતા જોલાબની કશી પણ ગરજ પડી નથી. ગોલી તો આગલ મને હર વેલાએ લેવી પડતી હતી. હાલ બાહેરની અથવા અંદરની કશી પણ મદદ વગર મારાં શરીરનો બાંધો પોતાનું સોંપી આપેલું કામ તમામ ખુદરતી ધોરણસર કરયોજ જાયછે.

૪. શરીરની લાગણી—આગલ કોઇબીવાર નહી જણાયલું એવું હલકું, આસાની ભરેલું, સુખી અને શાંત શરીર હું ધરાવુંછું.

૫. શરીરની મેહેનત—આસાની સાથ વગર થાકવે લાંબી મુસાફરી પગ ઉપર કરી શકુંછું. "ડરબીશાયરની" ઉંચી ઢેલાવવાલી ટેકડીઓ ઉપર પાંચથી ૭ માઇલ સુધી ચહડતાં આગલના સરખી ધાસતી હાલમાં મને બીલકુલ લાગતી નથી.

૬. મનની મેહેનત—મારી મન શકતી આગલના કરતાં રફતે રફતે વધુ તેજી પકડતી, વધુ હુશીઆરી ધરાવતી, અને વધુ મજબુત થતી જાયછે. આગલના કરતાં હાલ હું મનની મેહેનત વધુ કરી શકુંછું, વધુ સારી રીતે કરી શકુંછું અને વલી વધુ ઝડપ સાથ કરી શકુંછું.

૭. નીતી સંબંધી અસર—નીતી સંબંધી હાલ હું વધુ સવચ્છ, વધુ સુખી, અને મારા જાતભાઇઓના ભલાં અરથે વધુ ચીંતાતુર થયો છું.

મારો ધંધો શીખવવાનોજ છે એમ નહી પણ મને ઘણું વાંચવું અને લખવું પડેછે. "માસ મદીરા"ના તયાગને હું આ દુનયાના બે ઉતમ આશીરવાદ સમજુંછું, અને એ બે ચીજોથી દુર રહેવામાં તે

પરમદયાલુ ઇશવરે મારા ઉપર મોટામાં મોટી મેહેરબાની કીધી હોય એમ હું માનુંછું, એ બેઉ મેહેરબાનીઓ સાથેની સાથેજ ભોગવું છું અને તેમને એક બીજાથી કદીપણ જુદાં પાડવાને ઇચછતો નથી. "સોલ અને જોનાથન" માટે જેમ "ડેવીડ" ગાય છે તેમ માસ અને મદીરા એ બંનેનો એક સરખો તયાગ ખુબસુરતી અને ખુશીખુશાલીના સાથીઓ છે. હું પ્રાથના કરી માંગી લઉંછું કે મારી જીંદગી સુધી તેઓ એક બીજાથી જુદાં ન પડે. માસનો ખોરાક તજયાની આગમચ મેં શરાબને તજયો હતો અને તયારથીજ મારાં શરીરના સુધારાનું શુભ કામ શરૂ થયું એ બીના જો હું ના પાડું તો મારા સરખો નીમકહરામ અને બેવફા બીજો કોઈજ નહી ગણાય. શરાબને તજવાની એ ખુબી હું ખુશી સાથ સવીકારૂંછું તોપણ જયારથી મેં માસનો ખોરાક તજયો તયારથી શરીરની સુખાકારીમાં એટલો ઉતાવલો અને દેખઇતો સુધારો થવા લાગો કે જેથી હું એટલું ખાતરીપુરવક માની શકુંછું કે "માસ મદીરા" ને તજવાના એ ભેગા સુધારા વગર હાલના સરખી તંદરોસતી હું કદીપણ પાછી મેલવી શકતે નહીં. શરાબ અને માસનો તયાગ બતલાવનારી એ બેઉ બેહેનો એકજ માત પીતાને પેટે અવતરેલી છે. તેમના માતપીતાનું નામ "જ્ઞાન" અને "અનદાજો" છે. તેઓ કબી મરાતાં નથી, પીખાતાં નથી, અને એક બીજાથી જુદા પડવાને રાજી હોતાં નથી. બેહેન બેહેન તરીકે તેઓ સંતોશ સાથ હલીમલીને ચાલેછે અને તેમને લાયકની મલતી વખાણ તથા હોરમત સરખે હીસસે વેંહેંચી લે છે. હું આગલ કહી ગયો કે "અન ફલ શાક" ની અસર મારામાં ઓચંબા ભરેલી થઈ છે. વાંચનારને મારે જરૂર કરીને જણાવવું જોઇયે કે મારી ઉમર હાલ ૫૫ વરસની છે. અને તે ઉપરથી તે જોશે કે, મારી ઉપર અજમાવેલો અખતરો જુવાનીમાં અજમાવવામાં આવયો નહી હતો. લાંબા વખતના મારા મીતરો જેઓ મને અસલથી પીછાનતા આવયા છે. જેઓ મારી આગલી અવસ્થાથી જાણીતા છે, અને જેઓ મારી હાલની તંદરોસત હાલત જોય છે તેઓ માતર અજાએબીથી દંગજ થઇ જાયછે. જયારે હું વીચાર કરૂંછું કે "અન ફલ શાક"ના સાદા અને ખુદરતી ખોરાકે માતર પાંચ વરસની ટુંક મુદતમાં મારામાં આટલો બધો ફેરફાર કીધો છે તયારે મારાથી પોકારયા વગર રહેવાતુ નથી કે "જેમને ઈશવરે કાન બખશયા છે તેમને સાંભલવા દેવો."

ભાજીપાલાના મુકદમાનું ઉતાવળું સેવટ.

"બોસટન કરાઇસીસ" ના અધીપતી "રેવરંડ માઇલસ ગરાંટ" નો જાણવાજોગ અભીપ્રાય.

એક ચોકસ વીદયારથીએ "યુનાઇટેડ સટેટસ" ના "બોસટનં" ખાતેના એક વીદવાન ધરમગુરૂ અને તયાંના જાણીતાં પતર "બોસટન કરાઇસીસ" ના બાહોશ અધીપતી "રેવરંડ માઇલસ ગરાંટ" ની મારફતે ખોલાસો માંગયો હતો કે "અનફ્લશાક" ને માટે તે નામદાર કેવા વીચારો ધરાવેછે અને એ ખોરાક ખસુસ કરીને જુવાન વીદીયારથીઓને માફક આવે એવો છે કે નહી. આ માગણીના જવાબમાં ઉપલો "રેવરંડ" ઉસતાદ લખે છે કે:—

અમે જે રોટી ખાઈયે છીએ તે "ગ્રામ" ના આટાની બનાવવામાં આવે છે. એના સરખી ખાધખોરાકીની બીજી કોઇજ જણસ હશે કે જે ખાધાથી જલદીથી પાછી ભુખ લાગયા વગર લાંબો વખતવેર મેહેનત મજુરી કરી શકાય. છેલાં ઘણાંક વરસ થયાં અમોએ એ રોટી વગરનુ ખાણું કદી પણ લીધું નથી. એ રોટીની જરૂરયાતમાં સહેજ ઉતરતી બીજી ખોરાકી અમો જે વાપરીયે છીયે તે "ઓટમીલ" પુંડીંગ છે, જે ગરમ કકરા પડતાં પાણીમાં "ઓટમીલ" ને સારીકાંની હીલાવીને બનાવવામાં આવેછે. આ ખોરાક ખાધ ખોરાકીના બાબમાં ઘણોજ કીમતી છે.

"ઓટમીલનુ પોરીજ" અથવા પુડીંગ ખાધા પછી જીવન શકતી તેજ પકડે છે, ખુશાલ થાયછે, અને આખા શરીરમાં ગોયા ખુશાલીનું જોસ ઉભાતું હોય એવી લાગણીઓ ઉતપન થાયછે.

જુદી જુદી જાતના "બીન્સ"ને જેમ બને તેમ નરમ થાય એવી રીતે પકાવયા હોય તો તે શરીરના બાંધાને મજબુતી અને પુશટી આપેછે. જયારે તેઓ મલી શકેછે તયારે અમો તેમને દરરોજના વપડાસમાં લેઇયે છીયે.

સરવે મોસમની સાધારણ ફ્લફ્લાદી અમો ખાઇએ છીયે પણ તેઓ ઉપરાંત રાંધેલાં મીઠાં "એપલ" અમારી ખાધ ખોરાકીની ડીશમાં પેહેલી અને છેલ્લી બેઉ જગો સાચવેછે. અવારનવાર અનજીર, ખજુર, દરાખ, અખરોટ, પટેટા ઈતીયાદી પણ લેવામાં આવેછે. પણ અમારો સરવેથી ખાસ જરૂરનો ખોરાક તો ઊપર કહેલો "ગ્રામ"ના આટાની રોટી, વાલ,

ઓટમીલ અને રાંધેલાં "એપલ"છે. ખાતાં ખાતાં અમો કશું પણ પીતા નથી. ચાહા અને કાફી તો કોઇ કાલેબી નહી. સરસમાં સરસ રસતો એ છે કે ખાતી વેલાએ જેમ બને તેમ ધીરજથી ખાવું, અને દર એક બુકને મોઢાં મધેની લખ સાથ બરોબર મેલવીયા વગર કદી પણ તેને ગલામાં ઉતારવો નહી. મોઢાંમાં બુક લઈ પાણીના સરખી પ્રવાહી વસતુથી એકદમ તેને કદી પણ ગલામાં ઉતારી દેતા ના. દરેક ચીજ પુરેપુરી ચાવીને ખાજો, કોઇ પણ જાતનુ "પઇ" "કેક મકરૂમ," મીઠાઈ, ઘી, ખાંડ, મરી, આદુ, કોઇ પણ જાતનો ગરમ મસાલો, તજ, અથવા સવાદદાર અચારો યા સૅાસ હમો લેતા નથી, "ઓટમીલ" સાથ અવારનવાર દુધ લેવામાં આવેછે. આખા દીવસમાં માતર બેજ વાર ખાનુ લેવામાં આવેછે, પેહેલું સવારે આઠ કલાકે અને બીજું બપોરના બે વાગતે. ખાનું લેવાને ઉપલા બે વખતની વચે કદી પણ અમો ભુખા થતા નથી યા કોઈ પણ જાતની સુસતી અમો ઉપર ગલબો કરતી નથી. અઢાર વરસ થયાં અમોએ "અન ફ્લ શાક" ઉપર જીવવા માંડયું છે. તેનાં પરીણામ તરીકે સંપુરણ તંદરોસતી સીવાય અમો બીજું કશું જાણતા નથી. "અન ફ્લ શાક" ઉપર અમોએ જીવવા માંડયું તેની આગમજ માથાંનો દુખારો, હોજરાંનો બગાડો, આતરડાંનો ચુંથારો, ઇતયાદી પીડાકારીઓ દર એક અઠવાડયે અમોને મેહેનતમાં નાખતી, પણ હવે અમને તે આગલા શતરૂઓની માતર નવાઈ છે. "અન ફ્લ શાક" લેવા માડયા પછી એક પણ વાર ઉલટી યા માથાના દુખારા માટે મારે ફરયાદ કરવી પડી નથી. હું ભાર મુકીને—પુશકલ ભાર મુકીને—કહું છું કે "અન ફ્લ શાકનો ખોરાક એક વીદયારથીને માટે તો ખાસ જરૂરનો છે, વીદયારથીને બંધ બેસતો ખોરાક એ શીવાય બીજો કશો પણ નથી. બીજો કોઇબી જાતનો ખોરાક નથી કે જેથી વીદયારથીઓનાં તન મનને એક સરખી અને ખાસ જરૂરની પુશ્ટી મલી શકે. ખુદરતના આ સાદા ખોરાકથી વીદયારથીઓની મનશકતી બીલોરના સરખી સવચ્છ થઇ શકેછે. જેમ ઉગતા સુરજ આગળ રાતનો દવ અને ધુંમસ નાબુદ થઇ જાયછે તેમ "અન ફ્લ શાક"ના ખોરાકથી વીદયારથીના મન ઉપરનો સઘલો કાદવ કચરો અને વગર અગતનો ધભરાટ યા ગુચ વાડો ગુમ થઈ જાયછે. "અનફ્લશાક" ના ખોરાક ઉપર દરરોજ હમો તન અને મનની જે મેહેનત મજુરી કરી શકયે છીયે તે ખરેખર અમારે મનસે અચંબો પમાડનારીછે. એક અઠવાડયામાં અમો પંદર વાયેજી

આપી શકયે છીયે, અને તે ઉપરાંત એક અધીપતી તરીકેનો મેહેનત અને જોખમ ભરેલો ઓધો ચલાવવો પડેછે. એટલું છતાં જયારે જોઇયે તયારે પોતાને કશી પણ થાક વગરના તાજા અને તાજાજ જોઈયે છીયે. અગરજો મને આગલી હાલત પરમાણે જીવવાની ફરજ પડેતો હું કહી નથી શકતો કે મારી કેવી દશા થાય. એ સાદો ખોરાક બુજરોગો કરતાં જુવાંનીયાઓને વધારે માફક આવતો છે. જેઓ ઉંચા ખોરાક, ચાહા અને કાફી, તંબાકુ, અને બીજા શરાબો ઉપર જીવેછે તેઓ માટે સંકટમા સબુરી યા ધીરજ રાખવી ઘણી મુશકેલ છે. તેમનુ મગજ જવલેજ સવચ્છ અને નીરમલ રહી શકેછે. તેઓથી દુઃખ દરદ યા કોઇ પણ જાતની મુશકેલી ખમી શકાતી નથી. તેઓ કદાચજ નરમ, દયાલુ, માયાલુ અને મેહેરબાન જણાશે. એ સઘલા સારા ગુણ હાસલ કરવા ખાતર તેમને "અંનં ફ્લ શાક" ઉપરજ જીવવું જોઇયે. જેબી ચીજ તમો હોજરીમાં મોકલશો તેથી કોઈબી તરાંહની અસર મગજ ઉપર થયા વગર રહેતી નથી, અને આંપણી જીંદગીના ઘણાક દુરગુણો અને હલકા હવસોનુ મુલ જોશો તો તે તમને રોગીસ્ટ ખોરાક, અધીપણું, ઉતાવલે ખાવાની આદત અને વારંવાર ચગરવાની સાધારણ ટેવ મધેથીજ મલી આવશે. ખાંણાની ટેબલ ઉપર અગરજો તમારા જીવને જરાકજ મારશો તો તયાર પછીનું હમેશનું સુખ હાંસલ કરી શકશો.

પરેમ દયાલુ ઈશવરની કીર્તિ સચવાય, તે આપણી હાલત જોઈ આનંદ પામે એવી રીતનીજ ખાંનીપીની આપણે માટે સજાવાર છે. ઇશવરની આજ્ઞા પ્રમાનેજ જો ચાલવું હોય તો તમાંમ માણસ જાતે તંદરોસતી સચવાય એવો ખોરાક લેવો જોઇયે, વલી તે બરોબર નેમેલે વખતેજ લેવો જોઈએ, વલી તે માફક આવતાં ચોકસ પ્રમાણમાંજ લેવો જોઇયે. અને છેલે અધીરા પડી જઈ ઉતાવલેથી નહી પણ ધીમે ધીમે લેવો જોઇયે. અગરજો આપણું મધયમપણું આસપાસનાઓને બતલાવવું હોય તો તેની બરોબર લાયક જગા ખાનાની ટેબલજ છે.

પરજામતની જુરીની અધીરાઈ.

નામદાર મહારાણીની પરજામતની વડી અદાલતમાં વીદવાન અધીપતી અને ધરમગુરૂ "રેવરંડ માઇલસ ગરાંટ"ની ઉપલી "એફીડેવીટ" વંચાઇ રહી એટલામાં જુરીના "ફોરમેને" ઉઠી નામદાર નયાયાધીશ અધીપતીરાજનું ધયાંન ખેંચયું કે, "મારા લોરડ, ખાસ જુરીના અમો

સરવે ગ્રહસ્થ અને બાનુ સભાસદોએ ઘણી ધીરજ અને પુરતા ધયાંનથી ભાજીપાલાનો આ મુકદમો સાંભલયો છે અને તે ઉપરથી કોરટનો અને પરજાનો વખત વધુ ન ગુમાવવાને ખાતર અમો અમારા અભીપરાય ઉપર આવવા માંગીયે છીયે. અમો સરવે ધંધા ધાપાના અને કામકાજના માણુસો છીયે માટે તમો નામદાર જો સાંમી બોરદુનો મુકદમો ચલાવવાની પરવાંનગી આપશો તો તયાર પછીના તમારા "સમીંગ અપ" ઉપરથી અમે અમારો અભીપરાય સેહેલથી જણાવી શકશું."

ભાજીખાઊ બેરીસટરની નાસીપાસી.

આ મુજબનો ખાસ જુરીનો વીચાર જાણી નામદાર લોરડ ચીફ જસટીસે મી૦ ભાજીખાઉ બેરીસટરને પુછયું કે, "તમારો કેવો વીચાર છે?" ભાજીખાઉ બેરીસટર બોલયા કે—"મારા લોરડ, અગરજો ખાસ જુરી આવી કીસમની અધીરાઈ બતાવે તો ખરેખર હું દલગીર છું. ભાજીપાલાની ખોરાકીનો એ સવાલ કાંઇ એક જાત અથવા નયાતને લગતો નથી. એ સવાલ ઉપર કુલે માણુસજાતની તંદરોસતી, અને લાંબી જીંદગીની સલાંમતીનો, આધારછે. મારે અસતક સોપાયલી "બરીફ" મધેનો એક દશાંશ ભાગ પણ હું કોરટની સનમુખ રજુ કરી શકયો નથી. વધારે મોતેબર શાહદતો અને ગવાહીઓ તો હજુ આપવાની છે, પણ તોબી આટલી મારે ધીરજ છે કે ગમે એટલી અધીરાઇ બતાવા છતાં હીંદી પરજામતની ખાસ જુરીના ગ્રહસથો અને બાનુઓ મારા કુલની તરફેણમાં પોતાનો અભીપરાય જણાવશે અને તેને કોઇબી રીતનું નુકસાન થવા દેશે નહી."

વીરૂધ સાઇડના કુકરખાઊ, ગાયખાઊ અને બકરાખાઊ બેરીસટરોનો મુકદમો.

નામદાર "લારડ ચીફ જસટીસ" ના હોકમથી પ્રથમ કુકરખાઉ બેરીસટરે જણાવયું કે "મારા લારડ—ભાજીપાલાના મુકદમાની વીરૂધમાં મારે કશું જણાવવું નથી. માસના ખોરાકની હીમાયતમાં અમારો મોટામાં મોટો આધાર એક નામીચા રસાયની વીદવાન ઉપર હતો કે જે જુદાં જુદાં પરાંણીઓના માંસનો પુશટીકારક રસ બનાવા ખાતર લખો રૂપીઆની થાપણુના કારખાનાંઓ ચલાવેછે અને દર સાલ તે ઉપરથી

લખો રૂપીઆની કમાણી કરેછે. કોઇ પણ ચીજના ખરેખરા જરૂરીઆતના ઉપયોગ વગર તો તેનો એટલો બધો બોહોલો ખપ થઇ શકે નહી. હું જે નામીચા રસાયની માટે બોલુંછું તે કોઇજ નહી પણ પેલો "બેરન લીબીગ" છે. જેના કરતાં વધારે ચઢયાતી શાહાદત આખા યુરોપ મધેથી મલવી મુશકેલ છે, પણ અમારા માહાં ભાયગે તમારા ભાજીખાઉ બેરીસટરે ભાજીપાલાની હીમાયતે સપર પેહેલાં તો એજ વીદવાંનને રજુ કીધોછે એટલે અમારી ધારણા ઉંધી વલીછે, અમારા પગ કપાઇ ગયાછે. અને અમારો મુકદમો આગલ ચલાવવાની અમે કશી જરૂર જોતા નથી."

ગાયખાઉ બેરીસટરે પોતા તરફથી જણાવયું કે—"મારા લારડ—હું મારો મુકદમો ખેંચી લેવુંછું કેમકે બાપદાદે જોકે અમો ગાય ખાતા આવયાછે પણ દુનયાઈ કેહવત પરમાણે ગાયને કાપી ખાવાને બદલે દોહીને ખાધામાં વધુ સવાદ, વધુ લાભ, અને વધુ ગુણ છે તે માટે ભાજીપાલાના મુકદમાંથી અમારી ખાતરી થઈછે."

બકરાખાઉ બેરીસટરે જણાવયું કે—"મારા લારડ—જયારે મારા વીદવાંન મીતરોએ પોતાનો "કેસ" પાછો ખેંચી લીધોછે તયારે બકરા-ખાઉઓની તરફથી બેં બેં બેં કરીને નકામું બરાડવામાં હું કશું ડાહપણ જોતો નથી. હું મારા કુલનો "કેસ" તમો નામદારની મુનસફી ઉપર સોંપુંછું." (કોરટમાં હસાહસ.)

નામદાર લારડ ચીફ જસટીસ અધીપતીરાજનું "સમીંગ અપ".

હીંદી પરજામતની વડી અદાલતના નામદાર "લારડ ચીફ જસટીસ" અધીપતીરાજે મુકદમાનો સાર કહી સમજાવતાં બપોરના બાર વાગાથી તે રાતના દશ વાગાવેર ભાજીપાલાની તરફેણની સઘલી મુખજુબાંની પેહલે ધરથી ઘણી ધીરજ અને ચાલાકી સાથ કહી સંભલાવી હતી અને તેમાં જુદા જુદા વીદવાનોની મુખજુબાની, એફીડેવીટ, ઇતયાદી ઉપર પોતા તરફના ખોલાસા અને ટીકાઓ સહીત ઘણુંક અજવાલું નાખયું હતું "સમીંગ અપ" ની આખેરીએ તેવણ બોલ્યા "ખાસ જુરીના ગ્રહસથો અને બાનુંઓ, તમારો અભીપરાય આપતાં આટલું તમારે ધયાનમાં રાખવું કે આ નવાઇ સરખા મુકદમામાં તમારે કાંઇ "ગીલટી" યા "નોટ ગીલટી" નોજ અભીપરાય આપવાનો નથી પણ તેથી આગલ

વધી તમારે જુદા જુદા સવાલો નકી કરવા પડશે. અને એટલા ખાતર હું સુચવું છું કે તમોએ તમારો અભીપરાય મોઢેથી નહી પણ વીગતવાર રીતે લખીને લાવવો. તમને એકમત થયલાં જાણીને હું ખુશી થઈશ અને જેવી ધીરજ, સબુરી, અને ધયાન સાથ તમોએ એ મુકદમો સાંભલયોછે તે ઉપરથી હું કહી શકું છું કે જે અભીપરાય ઉપર તમો આવશો તે માટે કેથે પણ બે મત રહેશેજ નહી.

પરજામતની ખાસ જુરીનો અભીપરાય.

ખાસ જુરી વીચાર કરવાને ખાનગી ઓરડામાં ગઈ હતી અને તયાંથી બરોબર રાતના અગીઆરને ટકોરે કોરટમાં હાજર થતાં કોરટના કલારકે ધારા પરમાણે બુલંદ અવાજે પુછયું કે—

હીંદી પરજામતની ખાસ જુરીના ફોરમેન સાહેબ! શું આખી જુરી એકમત થઇ આવીછે?

ફોરમેન—નહી સાહેબ, ગણુતરીના થોડાકો જુદા પડયાછે પણ ઘણા મોટા ભાગનો અભીપરાય જણાવવાને હમો તઇયાર છીયે.

કોરટનો કલારક —મતફેરનું પરીણામ જણાવશો?

ફોરમેન—હજારે એક.

નામદાર નયાયધીશ—બસ એટલું પ્રમાણ કાંઇ દમ જેવું નથી અને આવી અગતની બાબદમાં એકમત થવું ઘણું મુશકેલ છે. બલકે નહી બની શકે એવુંછે, માટે હજાર મધેથી નવસો નવાનુંનો અભીપરાય પરજામતની વડી અદાલત બહાલ રાખવાને બંધાયલીછે.

કોરટનો કલારક—હીંદી પરજામતની ખાસ જુરીના ફોરમેન સાહેબ, જુરીના વધુ ભાગનો અભીપરાય ભાજીપાલાની ખોરાકીની તરફેણમાં છે કે વીરૂધમાં?

ફોરમેન—અમારી આખી જુરીને પરથમતો એ મુકદમાને ભાજીપાલાનું નામ આપવા સામે વાંધો છે. એ વાંધો જો પરથમ પતાવવામાં આવશે તો અમારામાં હજારે એકનું જે મતફેરછે તેમાં પણ ઘણોક ઘટાડો થશે અને તયાર પછી હજારે એક નહી પણ હજારે પા યા અરધાનીજ રાસ આવશે. "વેજીટેરીયન"નો સંપુરણ ખયાલ ભાજીપાલા ઉપરથી આપી શકાતો નથી. ઘણા જણ એવાબી છે કે જેઓ ભાજીને

અડકતા નથી, જોતા નથી, બીલકુલ ખાતા નથી તે છતાં તેઓ ચુસત વેજીટેરીયન છે એટલા માટે એ મુકદમાને ભાજીપાલાને બદલે "અન ફ્લ શાક"નું લાયક નામ આપવું કે જેમાં સઘલી જાતનો અનાજ, ફ્રૂટ અને તરકારી આવી શકેછે.

નામદાર નયાયધીશે એ ફેરફારની પરવાનગી આપયા પછી કોરટના કલારકે પુછતાં ફોરમેને જણાવયું કે જુરીના મોટા ભાગનો અભીપરાય "અન ફ્લ શાક"ની તરફેણમાં છે. અતરે કોરટમાં મોટો ઘોંઘાટ અને ખુશાલીના પોકાર થયા હતા પણ તુરત ચુપકીદી પંથરાતાં કોરટના કલારકે વધારે વીગત સાથ જાણવા માંગયું કે "અન ફ્લ શાકની" તરફેણમાં અભીપરાય આપવાના તમો પાસ કેવા કેવા સબબો છે.

ફોરમેન—આઠ સબબો સર ખાસ જુરીના મોટા ભાગની ખાતરી થઇછે કે કુલે માણસજાતનો એ ખરેખરો અને કુદરતી ખોરાક છે.

સબબ ૧ લો—એજ અંદાજાસરનો ખોરાક છે.

સબબ ૨ જો—એજ માણસજાતને માણસાઇ હાલતમાં રાખનારે ખોરાક છે.

સબબ ૩ જો—એજ લાંબી ઉમર ગુજારી શકાય એવો ખોરાક છે.

સબબ ૪ થો—એજ તંદરોસતી સચવાય એવો ખોરાક છે.

સબબ ૫ મો—એજ કરકસરવાલો ખોરાકછે જેથી ગરીબમાં ગરીબ પણ સેહેલાઇથી પોતાનું ગુજરાન કરી શકે છે.

સબબ ૬ ઠો—એજ ગમે એટલા જથામાં મલી શકે એવો ભરપુર અને સરવે ઠેકાણે આબાદી પાંથરનારો ખોરાક છે.

સબબ ૭ મો—એજ સુલેહસંપજથી મેલવી શકાય એવો ખોરાક છે.

સબબ ૮ મો—એજ ખરેખરી પ્રીતી, પયાર અને મોહોબતનો વધારો કરનારો ઉતમ ખોરાક છે.

(ખુશાલીના અવાજ અને શાબાસીની તાલીઓ.)

નામદાર લોરડ ચીફ જસટીસનો ચુકાદો.

હીંદી પ્રજા મતની ખાસ જુરીએ વધુ મતથી જે અભીપ્રાય જણાવ્યો છે તેની સાથ હું બોલેબોલ મલતો થાઉંછું. જે ધણી પોતાના શોખ.

આદત, અને વેહેમોને ખીસામાં મેલી રજુ થયલી જુબાનીઓને ખરેખરાં નીખાલસ મનથી અને ખરેખરી સચાઇ શોધી કાહાડવાની કાલજી સાથ વાંચશે યા સાંભલશે તે પુરતી દુરઅંદેશી સાથ જણાવેલા એ અભીપ્રાયથી કદી પણ જુદો પડી શકે નહીં. "અન ફ્લ શાક" ને માથે ભાજીપાલાના હલકા અને ધીકાર ભરેલાં નામથી કેટલીક તરફથી ખોટી બદનામી નાખવામાં આવે છે પણ શું તમોએ નથી વાંચયું કે ગોલાબને તમે ગમે એવાં હલકાં નામથી બોલાવશો તે છતાં તેની અંદરખાનેની ખુદરતી ખુશબોઈ જતી રહેવાની નથી? "અન ફ્લ શાક"ની એજ પ્રમાણે ભાજીપાલાને નામે ઠેકડી કરનારા ઘણા મલી આવશે તે છતાં તનદરોસતી સાચવવાને લગતા તેના ખુદરતી ગુણ, તેથી થતા કરકસરના ફાયદા, ગરીબ અવસથામાં જીંદગી નીભાવવાની, તેમાંથી મલતી સેહેલાઈ, મનની શાંતી, સવભાવનો સુધારો, હવસો ઉપરનું દબાણ, એ સરવે ગુણો શું એવી હસી મશકેરીથી નાબુદ થવાના છે? નહીં; કદીપણ નહીં. એંટાલોને ખોટી મદદ ખાતર માંસની સાથ પછાડા મારી માંદગીનાં છાના સેહેવવા દેવો. હીંદી પ્રજા મતની વડી અદાલતનો આ ચુકાદો છે કે "અન ફ્લ શાક"ના સવાલે આ અદાલતમાં આવી પોતાની સરવે ખુબીઓ પુરતી રીતે સાબેત કરી આપીછે અને જેઓ એ ઉતમ ખોરાકને હસેછે તેઓ માતર એ નીરદોશ ખોરાકીનાજ નહીં પણ કુલે માણસ જાતના શતરૂઓ છે. સરવેની ખુશાલી વચે કોરટ રાતના બારમાં પાંચ ઓછીએ બરખાસત થઈ હતી.

ગ્રાહકોની ઘટતી સંખ્યા મળવે આવતા જાનેવારી માસમાં ચાલુ કરવામાં આવશે.

ચેરાગ.

થિઓસોફી, જરથોસ્તી ધર્મ, વેજીટેરીયનીઝમ, ટેમ્પરન્સ, ગૌરક્ષા, અને સઘળી માણસાઈ હીલચાલોની હીમાયત કરનારૂં ગુજરાતી માસીક ચોપાન્યું.

પારસી વાંચકોમાં માસીક ચોપાન્યાંઓનો બહોળો ફેલાવો છે, પણ મોટે ભાગે તે સઘળાં કહાણી કીસ્સાઓથી ભરપુર દીસે છે. ગુજરાતી માસીકોમાં વિદ્યા, સાહીત્ય અને માણસાઈ વધારાની ઉત્તમ નેમો ઉપર ધ્યાન આપનાર ચોપાન્યાંઓની બહુ ખુટ દીસેછે. આ ખુટ ઉપર આ [illegible] નામનાં એક માસીકથી પુરી પાડવાનો ઇરાદો રાખવામાં આવે છે. થિઓસોફી, વેજીટેરીયનીઝમ, ટેમ્પરન્સ, અને પશ્ચિમ તરફનાં આગળ વધતાં સાયન્સને લગતાં યુરોપ અને અમેરિકામાં પ્રગટ થતાં સાહીત્યને સાધારણ પારસી વાંચનારાઓ આગલ સહેલી અને સરલ એબારતમાં રજુ કરવાની આ ચોપાન્યાંની નેમ રહેશે. ખાસ કરી થિઓસોફીના જરથોસ્તી મજહબની ફીલસુફી સાથના મુકાબલા ઉપર વધુ ધ્યાન આપવામાં આવશે. ઉપરાંત, વિદ્યા, સાહીત્ય વગેરેને લગતાં લખાણો પારસી વાંચકો સન્મુખ રજુ કરવાની કોશેશ કરવામાં આવશે. વાચક વર્ગનો વલણ વાર્તાઓ તરફ વધુ રહેતો હોવાથી, માણસની ભિનો જીંદગીની બાબતો ઉપર લખાયલી અમુક વાર્તાઓ પ્રગટ થશે. સઘળો આધાર જાહેર વાંચક વર્ગ તરફથી મજકુર ચોપાન્યાંને મલતા આશરા ઉપર રહેશે.

ચોપાન્યાંનું કદ આ ચોપાન્યાનાજ ૨૪) સફા જેટલું રહેશે.

વાર્ષીક લવાજમ આગ ઉપર રૂ ૧); દેશાવરવાલાઓ માટે રૂ ૧ાા)

"ચેરાગ" ના મેનેજર,
વર્તમાન પ્રીન્ટીંગ પ્રેસ,
નં૦ ૮૭૨, ધોબીતલાવ,
મુંબઈ.